31
10-D
46

K.

6
26 L
38

31-10.D.46.

31-1-D-4

37-10-E.1

[redacted]-3-A-38

VII. [illegible] 4:

ARTIS GYMNASTICAE APVD ANTIQVOS CELEBERRIMAE, NOSTRIS TEMPORIBVS IGNORATAE, LIBRI SEX.

In quibus exercitationum omnium vetuſtarum, genera, loca, modi, facultates & quicquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandæ ſtudioſis admodum vtile.

Paleſtræ deſcriptio ex Vitruuio ſub litera B.

Auctore Hieronymo Mercuriali Foroliuienſi Medico, & Philoſopho.

BIBLIOTECA NAZIONALE ... ROMA

BIBL. SS. IO. & PA. DE URB.

Venetijs, Apud Iuntas.

M D LXIX.

ALEXANDRO FARNESIO CARDINALI.

Hieronymus Mercurialis felicitatem.

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE

QVicunq; Magnanime Alexander, poſt ſapientiſſimos illos veteres medicinam tractare cogitarunt; omnes ferè vſq; ad hæc tempora eam vnam ſtudiorum ſuorum rationem ſecuti ſunt: vt vel obſcuros antiquorum auctorum locos interpretarentur: vel ſparſim ab ijs diſputata, & enarrata in vnum colligerent: vel quæ breuiter & conciſe tradita fuerant, latius explicarent: Qui verò à veteribus minime tentata aggreſſi ſint; aut tentata quidem, ſed temporibus noſtris amiſſa, & penitus extincta, reſtituere, ad lucemq́; reuocare conati fuerint; nullos me hercle; aut omnino paucos inuenire hodierna die conceditur: cuius ſæculorum noſtrorum calamitatis id ſemper cauſæ fuiſſe exiſtimaui, quòd maior pars eorum, qui medicinæ artium omnium præclariſſimæ operam nauant, lucrum, aut vanam quandam gloriam tantummodo ſibi comparandam proponunt, ſolidæ autem rerum cognitionis, ſcientiæ dignitatis, hominumq́; publicæ vtilitatis nullam, aut exiguam ſane rationem habent; atq; hinc fit, vt dum celeberrimos illos Caſſios, Carpitanos, Aruntios, Albutios, Rubrios, Stertinios, Archontios tum annuis ex publico ſtipendijs, tum quotidianis priuatarum viſitationum mercedibus tam in vrbe Romana, quàm alibi ex medicina magnopere

ditatos legunt, non modò ipſi grauioribus, optimiſq; diſciplinis neglectis ad quæſtum labores, vigilias, conatuſq; omnes dirigunt; verumetiam alios, qui in varijs diſciplinis verſati medicam ſcientiam (vt decet) adipiſci cupiunt, contemnentes, eos valde damnant, niſi tumultuarijs, ac pene cæcis plurimorum languentium viſitationibus, fortuitiſq; & ſæpe noxijs medicamentis exſcribendis ſolùm occupatos intueantur; quaſi nemo bonus eſſe queat medicus, qui alijs ſtudijs quoque operam ſuam impertiat: Sed horum ego iniquas ſententias vehementiſſimè refellere ſoleo; primò quod ſi, vt Hippocrates medicorum Deus præcepit; humanitatiſq; officium poſtulat, morbos curare, & languentes non ſpoliare, ſed ad ſanitatem (quemadmodum debeut) reducere velint, nedum multos (ſicut ſcriptum eſt à Cornelio Celſo) ab vno medico; ſed vix vnum curari poſſe compertum eſt; quando is verè artifex idoneus videtur, qui modicum ab ægro recedit; non autem qui lucri gratia innumeros vix curſim inſpiciens ea præcepta libenter amplectitur; quæ ſedulitatem non exigunt, atq; ingentem quæſtum maiori populi admiratione, ſed maximo conſcientiæ, artiſq; diſpendio premittunt: deinceps quòd ſi medica ars eo modo quærenda eſt, quo priſci illi parentes ipſam conſecuti poſteris tradiderunt (comparari autem ſic debere nemo ſanus dubitat) quantum iſti à recta via deflectant, facilè cognoſci poteſt; ſi quidem ab ijs facultatibus turpiter medicinam ſeiungunt; quibus veluti cognata minime abſq; ijs conſiſtere valet: prætereà Hippocratem, Eraſiſtratum, Dioclem, Herophilum, Celſum, Andromachum, Archigenem, Galenum, Oribaſium, alioſq; præclariſſimos medicos erraſſe

fateantur

ſateantur neceſſe eſt; qui medicam ſcientiam non ex nudis medicamentorum experientijs, ac Empiricorum libris acquiſiuerunt; ſed Philoſophorum etiam, Poetarum, & Rhetorum commentarijs diſſeminatam ſtudioſe perquirere, & eorum teſtimonijs excolere voluerunt. Quoniam igitur huiuſcemodi rationibus perſuaſus popularium medicorum opiniones vanas, & à veritate alienas admodum putaui; poſtquam medicæ arti adipiſcendæ animum applicui, non modò propriorum ipſius artificum libros, ſed & Philoſophorum, Poetarum Rhetorum, aliorumq́ plurimorum ſcripta frequenter euoluere conatus ſum, vt non ſecus medicam artem mihi compararem; atque Maiores noſtros factitaſſe intelligebam: qua in re licet ſciam me parum profeciſſe, haud tamen ita ignarus, & recto medendi genere alienus mihi videor; quin hanc laudatiſſimam viam tenuiſſe non ſummopere lætari omni tempore debeam. Iam verò cum in hiſce legendis auctoribus aduertiſſem multas artis medicæ partes apud veteres maximè illuſtres, & curandis, conſeruandiſq́ corporibus pene neceſſarias habitas noſtris temporibus intermiſſas; quaſiq́ penitus deletas eſſe (quales picatoria, fricatoria, vnctoria, exercitatoria, lauatoria, & aliæ, quarum vix nomina inter tot bonarum artium iacturas ſuperfuerunt) rem valde cunctis optatam, vtilem, atque omni laude digniſſimam eum facturum arbitratus ſum, qui extra communem medicinæ ſcriptorum morem omnes has, aut ſaltem aliquam è tenebris eruere; & quantum conceditur, ad eam formam, quæ aliquando vſui eſſe queat, redigere nitatur: quam rem ego ſæpenumero mente voluens, gymnaſticam artem, quæ

tota in exercitationibus verſatur, conſeruatoriæ medicinæ potiſſimam ſanè partem, vnam ex ijs eſſe perſpiciens, illam vtpote antiquiſſimam, nunc tantò minus cæteris vſurpatam, quantò maiores humanæ vitæ commoditates afferre poteſt, ab obſcuritate, & hominum ignorantia vindicare ſemper cogitaui: atque ad id aggrediendum eò magis aſſiduè inſlamabar; quoniam dum ſuperbiſſimas illas planeq́ admirandas thermas, ſiue gymnaſia à Græcis, atque Romanis ob exercitationes ſolùm magnificentiſſimè extructas conſiderabam: dum vetuſtiſſimos quoſq; medicos ſciebam & in conſeruandis corporibus, & in reſtituendis, firmandisq́ ægris gymnaſticæ operam frequentiſſime adhibuiſſe, hanc artem maximi eſtimatam; & non temere ea ſollicitudine quæſitam eſſe iudicaui. Itaque Ampliſſime Pater cùm in tuum medicum (ſeptimus iam annus agitur) cooptatus, illud ocium ſingulari tua beneficentia, inmenſoq́ erga optimas artes amore nactus eſſem; in quo opus inchoare, vigilijs, ac ſtudijs abſoluere liceret, fœtum quem diu parturieram, tandem peperi: ſicq́ omnem exercitationum vetuſtarum tractationem ſex libris complexus tot curis, ac ſudoribus digeſſi; vt qui eos lectitabunt, & abſtruſa, ac à nullis pene tactam materiam ſedulò examinare voluerint, nos magnam prouinciam cœpiſſe, incredibilesq́ animi, & corporis labores ſuſtinuiſſe facilè ſentiant. An verò quod accurate deſignaui, laborioſe ſtudui, fœliciter etiam præſtiterim, & tibi pro incredibili, ac diuina, qua polles ingenij vi; & alijs iudicandum relinquo: id certè tacere nequeo me ſaltem rem nouam, & à paucis forſan cogitatam; à nemine (quod quidem ego ſciam) poſt veterum memoriam tractatam

tam

tam ſumpſiſſe; in qua ſi ſpe fruſtratus nullam prorſus laudem conſecutus fuero, non carebo tamen excuſatione; tum quòd in re nimis ardua, & incognita laborauerim; alijſq; viam ſaltem indicauerim; qua meliora ipſi inuenire, aut inuenta noſtra expolire, ac perficere valeant: tum quòd in hoc genere quem ſequerer propoſiti mei adiutorem neminem plane habuerim: Sin autem multis ſatisfacere, & rem non minus fructuoſam, quàm iucunditate & gloria plenam effeciſſe continget; vni tibi omnia poſt Deum homines debebunt; cuius liberalitate, illuſtriq; virtute opus inchoatum, atq; perfectum; & ſub cuius clariſſimo, vniuerſoq; terrarum orbi notiſſimo nomine in lucem nunc immiſſum cunctos bonarum litterarum, ac medicinæ ſtudioſos non parùm iuuare; ſimulq; delectare poteſt. Nunc ea poſtremum adijcere libet, ſcriptum eſſe apud Plat. μηδὲν γράμμα δύνασθαι διαφυγεῖν ἐπήρειαν· *vt hac ratione à te vehementer petere cogar, ne, ſi quis noſtros labores reprehendere, & librum ipſum, tanquã incultum, ſiue ſuperuacaneum contemnere audeat, penes te impuriſſimas maleuolorum linguas locum habere patiaris: ſed me pro ſumma tua auctoritate, & humanitate (ſicuti ſoles) tuearis: nec non auitis exemplis excitatus bonas artes prouehere, litterarumq; amatores protegere, fouere, & extollere, vti ſemper feciſti, pergas.*

 Laurentij

LAVRENTII GAMBARAE BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phœbi genitoris,& arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq; carentem
Iam luce æthecia, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab vmbris;
Et membris lætos, oculisq; infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentæ:
Confiſus ita nũc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Sartere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Hæc pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Cõmemorat; quum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quæ incolumes ſeruent, morboq; vacantes
Mortales, dum vita manet, docet inſuper hæc pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam ætatem, tardamq; ſenectam
Ducere inexpertamq; mali, curaq; carentem:
Omnia quæ latuere diu diſperſa, tenebrisq;
Abdita Cimmerijs: quæ nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tanquàm noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq; latinos.

Matth.

Ὡς πάλαι Ἱππολύτοιο μέλη, Παιήονος υἱὸς
  σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧδε ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν' ἀμυδρά περ ἔμπης.
  τέχνης γυμναστικῆς νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίην Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
  κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
  ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λυσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
  Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψηφῶνι ἀποισῇ
  Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Luſitani.

O reo mortales Hieronymus inuidet ægros.
Lumen ad ætherium ſemianimes reuocans,
Quod quia ſæpe facit, laudatur ſæpe, ſuiq.
Fama tripertito nominis orbe uolat
Nunc autem noua fama alia increbreſcit, ut artes
Extinctas ueterum gymnaſiumq. nouat
Macte animo, uir magne, ergo tu cetera membra,
Ora exercebit, ſed tua laus hominum.

Auctorum

BIBLIOTECA NAZ. VITT. EMANUELE ROMA

Auctorum nomina, quorum fide, & teſtimonio hi libri conſcripti ſunt.

Aeſchylus
Aetius
Agathinus
Alexander Aphrodiſienſis.
Alexander Trallianus
Antyllus
Aretæus
Ariſtophanes
Ariſtoteles
Aſclepiades
Athenæus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Auſonius Gallus
D.Baſilius
Caius Iulius Cæſar
Caſſius Iatroſophiſta
Catullus
Cæcilius Plinius
Cælius Aurelianus
Clemens Alexandrinus
Columella
Cornelius Celſus
D.Cyprianus
Diocles
Dion.
Dionyſius Areopagita
Dionyſius Halicarnaſeus
Eraſiſtratus
Erotianus
Euripides
Galenus
Herodotus
Herodianus
Heſiodus
D.Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Ioſephus
Iſidorus
Iulius Capitolinus
Iulius Firmicus
Iulius Pollux
Iuſtinus Martyr
Iuuenalis
Laertius
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribaſius
Ouidius
D.Paulus
Paulus Aegineta
Pauſanias
Perſius
Philoſtratus
Plato
Plautus
Plinins
Plutarchus
Polibus
Porphyrius
Poſidonius
Propertius
Pub.Victor
Razes
Rufus Epheſius
Scribonius Largus
Seneca
Sex.Pompeius Feſtus
Sidonius Apollinaris
Soranus Epheſius
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themiſon
Theodorus Priſcianus
Theophraſtus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiſcus
Xenophon.

Hieronymi

Hieronymi Mercurialis ſex artis gymnaſticæ librorum elenchus, quorum primus liber continet.

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE

De principijs Medicinæ cap.1.
De conſeruatiuæ partibus, & quid tractandum cap.2
Quid ſit gymnaſtica, & quotuplex cap.3
De gymnaſticæ ſubiecto, & eius laudibus cap.4
Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnaſtica cap.5
De Gymnaſijs antiquorum cap.6
De varijs hominũ generibus, quæ in gymnaſijs cõueniebãt cap.7
De gymnaſiorum diuerſis partibus cap.8
De palæſtra, & alijs gymnaſij partibus cap.9
De balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio cap.10
De accubitus in cęna antiquorum, & ſemel duntaxat in die cenandi conſuetudinis origine cap.11
De auctoribus gymnaſticæ, & gymnaſiorum miniſtris cap.12
De trium gymnaſticæ ſpecierum differentijs bellica; legitima ſiue medica; & vitioſa ſeu athletica cap.13
De vitioſa gymnaſtica, ſiue Athletica cap.14
De viuendi Athletarũ ratione ca.15

Liber ſecundus.

Quid ſit exercitatio, & quomodo differat à labore, & motu cap.1
De gymnaſticæ medicinæ diuiſione cap.2
De ſaltatoria cap.3
De ſphæriſtica cap.4
De pilæ ludo ſecundũ latinos ca.5
De orcheſtica, ſiue tertia ſaltatoriæ parte cap.6
De fine ſaltationis, & de loco ca.7
De luctatoria cap.8
De pugilatu, & Pancratio, & Cæſtibus cap.9
De curſu cap.10
De ſaltu cap.11
De diſco, & halteribus cap.12
De iaculatione. cap.13

Liber tertius.

De agendis, & de ratione præſentis tractationis cap.1
De deambulatione cap.2
An erectũ ſtare ſit exercitatio ca.3
De pugnarum generibus cap.4
De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus cap.5
De ſpiritus cohibitione cap.6
De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap.7
De Cricilaſia, Trocho, & Pilamalleo cap.8
De equitatione cap.9
De curruli vectatione cap.10
De geſtatione in lectica, & ſella cap.11
De agitatione per lectos penſiles, & per

& per cunas facta, & de Scimpodio cap.12
De nauigatione, & piſcatione ca.13
De natatione cap.14
De venatione cap.15

Liber quartus.

De ratione agendorum, & de exercitationis vſu cap.1
Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in ſanis damnabant. & de exercendi neceſſitate, atq; commoditate cap.2
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere ſentiebant cap.3
Redarguuntur qui aſſuetos ſolum exerceri volebant cap.4
De exercitationũ differentijs cap.5
De corporum morborum, & ſanitatis generibus cap.6
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap.7
De corporibus valetudinarijs, & ſenilibus exercendis cap.8
De corporibus ſanis exercẽdis ca.9
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap.10
De tempore exercitationibus apto cap.11
Quãta fieri debet exercitatio ca.12
De modo exercendi cap.13

Liber quintus.

De ordine agendorum, & de non nullis ſcitu dignis cap.1
De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus cap.2
De ſaltatoriæ effectibus cap.3
De ludorum pilæ effectibus cap.4
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap.5
De pugilatus, Pancratij, & Cæſtuum facultatibus cap.6
De curſus natura cap.7
Quid præſtet ſaltus cap.8
De alterum conditionibus cap.9
De diſci, atq; iaculationis effectibus cap.10
De deambulationum qualitatibus cap.11
Iterum de deambulationum qualitatibus cap.12

Liber ſextus.

Quos erectum ſtare effectus pariat cap.1
De pugnarum effectibus cap.2
De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus cap.3
De ſpiritus cohibitionis facultatibus cap.4
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap.5
Delectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus cap.6
De Cricilaſiæ Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap.7
De equitationis facultatibus cap.8
De geſtationum in vniuerſum viribus cap.9
De geſtationum in vehiculo, lectica, atq; ſella particularibus viribus cap.10
De lecti penſilis, cunarũ, ac nauis, geſtationum facultatibus ca.11
De natationis, & piſcationis effectibus cap.12
De venationis cõditionibus ca.13.

Errores ſic corrigito.

Pag. 3. F. inquam vnquam P. 4. D. pædotribes pædotribis P. 5. B. ille ſimiles illi ſimiles
Pag 7. B. Herodius Herodicus P. 8. C. λουτέιον λουτεῖον Pag 9. D. noſtis noſtri
Pag 10. A. reffert refert anno no anno lactæ lacte D. dochi trochi paneratio pancratio
P.10.C cupiundã capiũdã Poppæas Poppæa tralıebãt trahebat P 11.B. introuiſſes introiuiſſ
C. anteactis anteacti P.13.A. dicarchex dicarchex inquis Inque P.14.A. quictus quinctus
Pag.15.A. erudus eruditus tractauit tractabit C. ætate aeſtate D. tẽpore aeris tepore aeris
F. dixtaq; dictaq; Pag.16.C. Igni ſuccendebantur ignis ſuccendebatur
fornacataribus fornacatoribus Audituras Auditura inetar Inerrat
P.17.B. ſilice curo ſilice duro D. inuentus Ro. iuuentus E. πιλωζαιων πιλωταίων
multamq; multaq; pag.18.E. præſtantur præſtant pag.19.A. tiberem tiberim
curari cum rari p.21.C. argumentarum argumentum E. cenatent cenaret
pag.22.F. παλαιοφορυλαξ παλαιστροφύλαξ pag.23.D. oſtenderemus oſtenderimus
E. piliecepi pilicrepi pedierepos pedicrepos F. vnum quoq; vnumquodq;
p.24 A. miniſtrabant miniſtrabat pilierepus pilicrepus alicrepus alipilus
C. τὰ πολλά τὰ πολλά F. προστωντις προστιθέντις pag.25.E. ſaxis ſaxis
pag.26.D. δυναιτο δύναιντο pag.28. B iudicianrur iudicantur pag.29. F. q. qui
pag.30. A. γυμάσων γυμνάσιων quare qua re pag.31.A. oſtendendam oſtendam
genuimus genuinus p.32.C. rictus iactus iudicio iudico continnitate concinnitate
E. χαριν χάριν pilam pila p.33.A. ἰξ ὀρὸρης ἰξ ὄρφορος [illegible]
D. inuitatus initiatus Pag.35.F. Draucus Draucus pag.36.C. μιμουντας μιμοῦντας
p.37.B. Epichiedios Epichredios D. comperrinationem compectinationem
p.39.B. τοι πλανοιάζειν τὸν πλανοιάζειν E. quia palæs qua pal. F. quam etiam quem
p.40.B. cum milit: quin milit. p.41.D. vt curſus at curſus F. curſum niſi curſorem niſi
pag. 44.A. ὄιδυος ὄνος B. cum manu eum manu pag.45.B capiebantur capiebatur
F. ſæpe diſce ſæpe diſco p. 46.A. ſiue ſine E. iudicata iudicatæ F. vſitata vſitatæ
quæ gymnaſtica quæ de gymnaſtica pag.49.E. ſicuç vota ſic vota
p.50.C. amphiteatti amphiteatris p.51.C. tamq̃ ij tamq̃ ijs p.52.A. λεντοις λεντοις
D. & clauam & claua p.53.A. ad eam vſum eam ad vſum D. ſeu vnus ſeu onus
p.57.B. ἐξωνίσθαι ἐξωνίσθαι E. Gatradus Garrulus amulus annulus
p.61.A. perfectos prefectos p.62.F. ad lautitiandũ ad lautitiã p.63 .D. ἀρρωστοῦντα ἀρρωστοῦντα
pag.64.D. innumeris muneris F. eiſdem eidem pag.65.D. regula regulas
p.66.C. καλυμβιτρας κολυμβήτρας p.69.B. porſit proſit ear erat p.70.C. vſus vſos
omnibus omni careticas cauticas F. cibum ciborum p.71.B. inungendas iniungendas
D. imbellimi imbecillimi pag.72.B. peruetere peruertere D. cor cur
p.73.B. quietum quietem p.74. B. vocabantur vocabuntur p.78. A. ab bonum ad bonum
preſtar preſtant pag.79.B. ipſiq: ipſiſq; ſufficiant ſufficiat abundar abundant
pag.80.A. actum æſtum C. τοῖς ὑμαιοις τοῖς ὑμνι τοῖς pag.81.D. neutralia naturalia
E. vigent rigent F. vigeamus rigeamus p.82.A. lucidati luciditati E. corpori corporis
pag.84.C. habitum habitam F. gracileſcant gracileſcat exhauriuntur exhauriatur
p.85.E. foſſeres foſſores p.86.E. calor color p.87.D. quiete quieti p.88.D. qui ad quę ad
pag.89.D. exſueta exſucta pag.90.A. repleri repletur p.91.B. confundantur confundatur
pag.92.A. earum eorum E. ad athletis ab athletis F. corpore corpora
pag.94.C. atchipatrorum archiatrorum F. de curſu naturæ de curſus natura
pag.96.A. cucuriſſe, dici cucurriſſet , dicit

Typographus Lectori.

Quamuis omnem , quam potuimus , diligentiam præſtiterimus, vt hic liber quam emendatiſſimus (ſicut omnia noſtra ſolent) prodiret : quia tamen auctor (dum cudebatur) abſuit, exemplarq; quod impreſſoribus deſtinauerat. Lutetiam temporibus turbulentiſſimis miſerat. factum eſt, vt exemplaris optimi inopia aliqui errores commiſſi ſint, quos tu ipſe ſic corrigere poteris, noſq; excuſatos habere, qui potius nouum hunc, & mira eruditione libellum, vtcunq; tibi cito tradere, quam exemplar melius expectantes differre voluimus.

INDEX LOCVPLETISSIMVS
RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVAE IN HOC OPERE continentur.

A

Abies eſt materia curribus faciendis apta 60.b
Abraham ut Deus ab Alex. Se. colebatur 65.a
Academia Platonis 8.c
Accubitus conſuetudo unde manarit 20.b
Achilles ſuos milites diſco exercebat, ne otio torpeſcerent 43.f.46.a
Acidum ructantes vociferatione iuuantur. 109.a
Adoleſcentes cur ad gymnaſia accedebant. 9.f
Adorantes erecti ex lege ſtabant 49.c
Aeger nullus ex aliquorum ſententia eſt exercendus 75.c
Aegroti priſcis temporibus palàm exponebantur, & qua de cauſa 1.c
Aegyptus, Homero autore multas herbas, ac medicamenta habuit. 1.b
Aer eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 3.c
Aetas in exercitatione eſt conſiderāda. 78.e
Aglaitades errauit, riſum dicens neque corpori, neq; animo ꝓdeſſe 56.f.& 111.f
Albati erant una factio Romana 58.f
Aldus Manutius iuuenis eruditiſſimus 63.c
Alexander Seuerus Imp. exercitationis cauſa aliquando piſcabatur. 64.f. quos Deos coleret. 65.a. ad maiorum effigies ſacra faciebat ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia poſt lectiones quæ fuerint. 11.b. idem balnea uirorum ac mulierum ſeparauit 18.f
Alexand. Seuerus Imp. ferè ſemper frigida lauatione utebatur, rarò calida 15.b
Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos curſu exerceri 41.c
Alexāder Seuerus Imp. nemora pub. thermis iunxit 47.e
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 83.e
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi ſumptionem ageret 83.c
Alexander propter cruris uulnus lectica in militari expeditione utebatur 116.c
Alipilus in gymnaſiis quis eſſet, & quid ageret 23.e
Alipta quis nam eſſet 23.a
Ambulationes quænam ſecundum Ariſto. ſint faciliores 80.e
Ambulationes tum aſcendendo tum deſcendendo factæ qua de cauſa laudētur. 101.d
Ambulatio ſub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celſo præfertur 102.a
Ambulatio ſubdialis multas habet ſpecies. ibidem
Ambulatio ſub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuerſis diuerſimode accipitur ibidem
Ambulatio ſub Sole minus lædit, quàm ſtatio, & qua de cauſa ex Ariſto. ſententia. 102.d.104.d.105.a
Ambulatio in vmbra facta, quæ nam ſit bona ibidem
Ambulatio epilepticis, & uertiginoſis conueniens qua ſit 102.e
Ambulatio ante cibum fieri debet & qua de cauſa ibidem
Ambulatio poſt cœnam quibus conueniat. 103.a
Ambulationis matutinæ, & ueſpertinæ effectus qui ſint ibidem
Amycus Bibriciorum Rex ceſtu claruit, & fuit à Polluce interfectus 41.c
Ammon apud Oui. ceſtu ualuit 41.c
Angina laborantes luctam effugiant. 93.d
Animus ſine corporis auxilio nihil laude dignum efficere poteſt 6.a
Anneus Gallio ſanguinem expuens nauigatione ſanus factus eſt. 63.f.117.f.
Aconitì viciſſe qui dicerentur 22.e

Antheus

Antheus ſecundū Platonem fuit luctatione artis auctor 39.b
Antiochus medicus quo exercitio vtere-tur 77.c.d
Antiochus medicus uentriculo geſtaba-tur. 115.f
Antiqui bis in die an ſemel ſaturarentur. 20.a. & infra
Antiqui in ſtratis cœnabant 20.b
Antiqui omnes uoluptates in conuiuiis ex-cogitarunt 21.f
Antiquorum ſtudium in cibis ac potibus delicatiſsimis conqrēdis magnū fuit.22.a
Antiquorum ſcripta quonam modo inter-ierunt 57.a
Antiquorū maior pars mane uel nihil, uel exiguum quid ſumebat 84.a
Antiquorum maior pars in veſpere ſolum ſaturabatur 89.b
Antoninus Pius Imp.balneum populo ſine mercede conſtituit 18.a
apodyterium in paleſtra quid fuerit.11.d
apodyterium in balneo quid eſſet 15.d
apolllini cur Athenienſes gymnaſium con-ſecrarunt 3.f
apollo iaculationis & medicinæ Deus ab an tiquis indicatus 46.a
apollo iaculationi ab antiquis eſt præpoſi-tus & quare 98.f
Apollonius ut Deus ab Alex. Seue. coleba tur 65.a
apoplectici Tral. ſententia lectica uti poſ-ſunt,& qua de cauſa 116.d
apoſtemata in pectore rupta habentes uo-ciferatione iuuantur 109.a
apricari quid faciat 50.a
Apuleius Celſus in Sicilia quendam à cane rabido morſum curauit 2.c
aquæ formido, Pompeio uiuente, primo ſe nobis manifeſtauit 2.e
aqua eſt ex extrinſecus corpori accidenti-bus 3.c
aquæ omnes ſponte naſcentes calidæ ſunt Ariſto. authore 118.d
aquarium quid eſſet 16.d
Archigenes fuit Had.Impe.archiater.113.f
Ariſtotelis ſententia de gymnaſtica & pæ-dotribica 4.e
Ariſtotelis ſentētia de arte gymnaſtica. 6.a
Ariſtotelis ſentētia de motu poſt cibū.82.d
ars gymnaſtica,Gale.ſententia,eſt maxima pars facultatis conſeruatricis 3.d
ars gymnaſtica q̃bus nā rebus perficiat̃.3.d
ars gymnaſtica quomodo ſcientia à Gal. uocetur 41
ars Gymnaſtica quid nam circa corpus hu-manum operetur 6.a
ars gymnaſtica ad bonum corporis habitū acquirendum,ac ſanitatem conſeruandā maxime prodeſt multorū teſtimonio 6.a
ars gymnaſtica homini eſt naturalis 6.c.
ars gymnaſtica quo tp̃e inceperit 6.b.c.d. & quomodo ordinem ac regulas accepe-rit 7.c.23.d
ars conſeruatoria qualitate,quantitate, oc-caſioneq́; perficitur 3.d
ars medica qua ratione coniecturalis effici-tur & quaſi incerta 84.d
artis Gymnaſticæ diffinitio. 5.a.& 68.c
artis Gymnaſticæ finis 5.a
artis gymnaſticæ apud antiquos exiſtima-tio 6.a
arthriticos deambulatio lenis & remiſſa iu-uat. & vehemens lædit 100.d
arthriticos geſtatione curabat Aſclepiades. 115.d
arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de cauſa 119.a
Aeſculapius Epidaurius multum artē me dicam illuſtrauit 1.c
Aeſculapius ſanis poſtpoſitis Solis morbo-ſis,ac languentibus opem ferebat 1.c
Aeſculapius iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis iudicatus 46.a
Aeſculapius uenatione ſummopere dele-ctabatur 66.e
Aeſculapius ab antiquis iaculationi eſt præ poſitus & qua re 98.f
Aſclepiades Pruſienſis orator & medicus clarus 19.e
Aſclepiades per inediam trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 70.a
Aſclepiades infirma corpora uariis exercē tationibus moleſtabat,ut hominū fauore aucuparetur 75.b.& d.& 88.
Aſclepiades Pruſienſis lectis,& balneis pēſi-libus in ægris curādis utebat̃ 62.d.117.b
Aſclepiadem Soranus reprehendit,q̃ phre-neticos cantu curare profitebatur. 110.b
aſſa in balneo quid eſſet 15.e

Aſthmaticos

Aſthmaticos curſu ueſtibus laneis facto Theodorus Priſcianus curabat. 96.d. Cælius Aureli.ſpiritu retento. 108.b.& uociſeratione. 109.a. Aſclepiades geſtatione 115.d
Athenienſes cur Apollini gymnaſium conſecrarunt 3.f
Athenienſes poſt Lacedæmonas gymnaſia inuenerunt 8.e
Athenienſes iuuenes quid agerent, ut intrepidi ad uulnera fierent 51.f
athleticæ finis 5.c
athletarum remunerationes 5.d
athletæ in gymnaſio ſe exercebant 9.f
athletæ ſimplici nomine dicti q ſint 25.a
athletæ quibus cibis uterentur 25.c
athletæ quo nomine à Plato. uocétur. 25.e
athletarũ uictus ratio, quæ eſſet. 26.f. 27.28
athletæ cur palidi fiant poſt labores ex Ariſto. ſententia 27.e
athletæ à Venere prorſus abſtinuerũt. 28.b
athletarum ægritudines ſecundũ Gal. 28.d
athletica gymnaſtica ſaltationes habuit. 31.e
athletæ ambulationibus non utebãtur. 47. f. 48.a
athletæ aduerſus palum ſe exercebant. 52.b
athletæ ex ſpiritus cohibitione non parum auxilii capiebant 54.c.d
athletæ ſtatim poſt exercitationem potum uitabant, & qua de cauſa 83.b
athletæ frequentiſſime utebantur. pugillatu, lucta, & Pancratio 94.b
atrophia laborantes uociferatione liberantur 109.a
atrophiam geſtatione curabant Theodorus Priſcianus, & Aretæus 115.d
attonitos aliquo ſtupore Aetius geſtatione curabat 116.b
author huius operis cur de gymnaſiis ſcribere ſibi propoſuerit 3.d
auditus ſpiritu retento melior fit 108.b
aues in aere ſtare apparentes an aliquo modo moueantur 48.e
Auerrois ſententia de iis qui exercitationẽ dimittunt 70.c
Auerrois reprehenditur, qui cenſuit morboſa corpora quotidie ad ludoris initium eſſe exercenda 77.a
Aug. Imp. lege ſanciuit, ut milites educeren tur ambulatum. in menſe 48.a
Auguſtus Impe. ſcimpodio quandoque uehebatur 63.b
Auguſtus Imp. folle ſe exercebat, & qua de cauſa 91.f. 92.a
Aug. Imp. in fine deambulationis ſubſultim currere uidebaẽ & qua de cauſa. 97.b
Auguſtus Imp. coxendice, femore, & crure ſiniſtro laborans ambulatione in harena maximè profunda ſe exercebat 101.e
Aug. Impe. poſt cœnam lectica lucubratoria utebatur 116.c
Aurelianus Imp. thermas hyemales in trãs tyberiua regione fecit 80.a
aurium dolorem patientes lucta lædit. 93.d
auriũ dolore uexatos geſtatione, Gal. Tral. & Aetius curabant 116.a
axes curruum ex ulmo, ilice, & fraxino fiũt 60.b

B

Baliſta quale inſtrumentum fuit 45.f
Balneum gymnaſiorum 14.e
Balneum loca conſtituẽtia quæ nam eſſent. 15.a
Balneis inſeruientia quæ nam eſſent 15.b
Balneorum ſitus ſecundum Vitruuii ſentẽtiam 16.d
Balneorum aer extrinſecus & intrinſecus. 16.d.e
Balnea multum calida Gal. tempore in deſuetudinem abiierunt 17.a
Balneorum magnitudo mobilitas, immobilitas. figura 17.a
Balnea non eundem finem habent 17.b
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuerſa ratione utebantur 17.e
Balneum res quadrãtaria cur uocetur. 17.f
Balneorum hora quæ fuerit 19.a
Balnea ſemper ante ſolis occaſum claudebã tur, nec unq̃ ante auroram aperiebantur ante Alex. Seueri Imp. tempora 19.b
Balneis penſilibus Aſclepiades in ęgris curandis utebaẽ. 62.d. à Sergio Orata ſunt inuenta ibidem. f
Baptiſterium in balneo quid eſſet 15.b
Bellerophon fuit equitationis inuẽtor. 58.e
Bigis Plato animas aſſimilauit 60.c
Bigæ in pub. ſacris frequentiſſimè certauerunt 60.d
Blandi Forliuienſis error de thermis 8.e
Botularii in gymnaſiis botulos uendebant. 23.f

Brachia,

Brachia, dum quis manibus uacuis currit, quodammodo conuelli uidentur 97.e
Brachia diſcus corroborat 98.e
Brotheas apud Oui.ceſtu ualuit 41.e

C

Cacheɛticos natatio maritima iuuat. 118.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus 1.e
Calicrates armatus currẽdo bis uicit. 42.b
Callimachus ſtatuarius caciroteenus cur ſit dictus 43.a
Calidarium in balneo quid eſſet 15.e
Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robuſtior 69.d
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 75.f
Calor nimius exercitationes ꝓhibet 81.f
Calor natiuus exercitatione eſt excitandus & qua de cauſa 82.a
Calidi homines uel parũ uel nihil exerceri debent, & qua de cauſa 79.a.& 85.f
Campus Martius Tyberi uicinus erat, & qua de cauſa 65.c
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt. 2.c
Cantoribus ſpiritu retento peritonæum rumpitur 108.d
Cantus exprimit rerum ſimilitudines. 36.c
Cantus à uociferatione differt 109.f
Capita detecta à ſole multòm læduntur, & qua de cauſa 105.a
Capite cooperto antiqui ſacrificabant 49.d
Capite malè affectos ex Antylli ſententia multá deambulatio iuuat.100.d.item deambulatio facta calcibus incũbendo.101.a
Capitis grauitate laborantes poſt motum leniter factum leuãtur, poſt curſum magis laborant ex Caſſii medici ſententia vnde fiat 95.f
Capitis dolorem inueteratũ Aretæus manuum geſticulatione curabat 90.e
Capitis circunuolutiones uertigines pariũt. 91.e
Capitis dolorem lucta iugi & magiſtro adhibito facta Cæl. Aurelianus curabat. 93.a.& tali dolore laborãtes currere veſtitos iubebat.96.d.& deambulare.100.b
Capiti male affecto vociferatio obeſt.109.c
Capitis dolore laborantes uehiculo per longam uiam cœli. Aureli.uehi debere iudicauit, & qua de cauſa 115.f
Caput debile lædit ſaltatio 90.f
Caput dolens halıere lædit 98.b
Caput læditur ambulatiõe ex motu & quiete facta, & quare 100.e
Caput maiores noſtri ferè nunquam tegebant 105.a
Carcere detenti qua exercitatione poſſint vti 70.e
Carnes exercitatorum caſeo iam coagulato non exercitatorum uerò caſeo nondum bene coagulato comparat Gal. 70.b
Carnis multitudinem deambulatio aufert. 100.b
Carnis multitudo qua ratione à Cælio Aureliano minuatur 107.a
Carnis multitudınem geſtatio Cæl. Aureliano authore, remouet 116.b
Caſſius iatroſophiſta Romæ Cornel Celſi ætate medicinam ſumma cũ laude exercuit 95.f
Cacheɛticis uociferatio ſubuenit 109.a
Celtæ poſt cœnã pugna umbratili ſe exercebant 52.d
Cœlum meridianum quale ſit ex Vitru.ſententia 81.b
Cœnæ cõſuetudo apud antiquos 20.b.22.a
Cœnæ hora cur ueſpertina ſit data 22.b
Centauri qui nam ſiut dicti 58.e
cera digitis emolliẽda arthriticis daſ. 45.a
cercio ſecundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 39.b
certamina quomodo inceperint 6.d
ceſtiphori in gymnaſio ſe exercebant. 41.b
ceſtuum exercitatio 41.a.94.d
Cæſar ſcripſit, non fruſtra fuiſſe antiquitus inſtitutum, ut in bello committendo ſigna concinerent, & uniuerſi milites clamorem excitarent 54.f
Cæſ. Augu. exercitatiouis cauſa aliquando piſcabatur 64.f.& 119.c
Chiron uenatione ſummopere delectabatur 60.c
chorea ſaltationis nomen unde ſit ortum. 38.b
CHRISTVS ut Deus ab Alex.Se.colebatur 65.a
cibi neceſsitas, unde nam ꝓueniat 69 c
cibi ſuperfluitates neceſſe eſt, ut è corpore effluant 69.e

cibi praui non lædunt cor, qui multū ſe exercent, & qua de cauſa 69.f
cibis mali ſucci utentes homines quomodo ſe habeant 72.e
cibi concoctio quō cognoſcitur 82.f.83 a
cubiſtica eſt prima ſpecies ſaltationis. 31.b. & 90.d
ciborum ſatietas uitari debet 69.d
ciborum inappetentia laborantes lectus pēſilis iuuac 117.c
cibos faſtidientes uociferatione iuuantur. 109.a
cibus poſt exercitationem nō ſtatim debet aſſumi,& qua de cauſa 83.a
Cyrus Perſarum Rex corporis labores magnopere æſtimauit 3.f
ciſius erat uehiculi ſpecies 116.a
Claudius Caſ. vehiculo undique tecto primus,& quando eſt uſus 60.f
Claudius Impe. Harpocræ liberto ſuo conceſsit,ut per urbē lectica uehi poſſet. 61.f
Clemens Alexandrinus Antonini & Seueri Impp.tempore floruit 18.e
Clemens Alexan tempore Gal. Romæ floruit 39.c
Clitomachus Cartaginenſis fuit nouæ Academiæ ſectator clarus 27.a
Cœliacos manuum geſticulatione curabat Aretæus.90.e. & uociferatione.109 b. & exercitatione inter myrtos lauros & thymum facta 115.d
Coitu uſuri veſpere non cœnabant 20.a
Coitus quoſdam lædit,quoſdam iuuat.71.b
colicos Aetio authore lectio alta iuuat.110.e
colicos pilæ luſu Cæl. Aureli. curabat.92.b.& curſu 95.d. & deambulatiōe.100.b. & ſpiritu retento.108.b. Aſclepiades geſtatione 115.d
Com.Impe.filius in palæſtra in ægritudinē incidit 11.b.93.b
Cōmodus Impe.iaculatione excelluit. 46.b
Comitiales luctam vitare debent 93.d
Concamerata ſudatio in palæſtra vbi nam erat 9.b
concoctionem impedit exercitatio ex Eraſiſtrati ſententia 69.a
cōcoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur 69.e
concoquentes difficulter vociferatione iuuantur 109.a
coniſteriū in palæſtra vbi nā erat. 9.b.12.f
conſeruatiua medicinæ pars a quibuſdam ſola digna uidetur, ut nomine medicinæ nominetur 2.f
conſeruatiua medicinæ pars à quibuſdam in tres partes eſt diuiſa 3.b
conſeruatiuam conſtituentia quatuor nominibus a medicis comprehenduntur 3.c
Conſtantini Imp.tempore accipitres edocere cœperunt 67.f
conſuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 72.b.d
conſuetudinem permutantes ualde læduntur ibidem
conſuetudo mala quomodo ex Hip. ſententia ſit mutanda 72 f
conſuetudo exercitij quantum proſit 77.e
conſuetudo in omnibus eſt conſeruanda. 78.c
conſuetudo in exercitatione conſideranda eſt 78.c
continui ſolutio quibus rebus accidat 76.d
continui ſolusioni nullum motus genus cōuenit,& qua de cauſa ibidem
continui ſolutioni membris ignobilibus cōtingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
conualeſcentes vociferatione iuuātur. 109.b
conuulſionibus capiuntur, qui curſu concitato vtuntur. & quomodo hoc fiat. 96 b
Cor. Cel.iubet,ut in antiquo laterum dolore uictu athletico vtamur 28.d
corpus humanum quo pacto à diuerſis diſciplinis conſideretur 5.e
corpus humanum quomodo eſt artis Gymnaſticæ ſubiectum 5.f
corpuſcula a noſtris corporibus continue effluuut 69.e
corporis habitus ab exercitatione conſeruatur 69.d
corporis uirtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 69.d
corporis membra per exercitationem firmitatem & robur acquirunt 69.d.70.b
corporis habitus ab otio deſtruitur. 69.d. 71.e
corporum tria genera à medicis conſiderantur. & quæ 74.e
corpora agra an aliquo pacto debeant exerceri 75.b

corpora ſicca motibus leuibus & moderatis uti poſſunt 75.c
corporibus calidis & ſiccis nullæ immoderatæ exercitationes conueniunt 75.f. 79.d 85.f
corporibus frigidis & ſiccis exercitationes remiſſæ conueniunt ibid 79.d.85.f
corpora, quorum unum membrum intemperiem patitur, quomodo ſunt exercẽda. 75.f.76.a
corpus nullum quauis intemperie laborans debet vehementi exercitatione exerceri. 76.a
corpora ob malam formationem morboſa, quomodo ſunt exercenda 76.a
corpora in numero morboſa exercitationibus uti poſſunt 76.c
corpora ægritudine in ſitu laborantia nullo exercitationis genere uti debent, & qua de cauſa ibidem
corpora ualetudinaria quæpam ſub ſe ſecundum huius auctoris ſententiam, poſſunt continere 76.f
corpora ſenum cur multa excrementa generent 77.b
corpora ſenum quibus exercitationibus uti debeant 77.d
corporum ſanorum differentias multas antiqui medici conſtituerunt 78.a
corpus perfecta ſanitate prædirũ potius mente conſiderari poteſt, quam re ipſa inueniri 78.a
corpora multa temperata in ſua regione inueniri dixit Gal. 78.a
corpora communiter ſana dicta excrementa quotidie generant, & ob id exercitationibus indigeat 78.b
corpora frigida, uehemẽter & multum exerceri debent 79.c
corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigent, ibidem & 85.e
corpora humida à labore ſuffocari, hęc Ariſto. ſententia quomodo ſit intelligẽda cõciliator exponit ibidem
corpora in æſtate potius, quàm in hyeme ſunt exercenda ex Ariſto. ſentẽtia 82.a
corpora in quibus temporibus ſint exercenda, & locis 82.c
corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibid.& 85.
corpora frigida & humida multis & vehementibus exercitationibus indigeat. ibidem, & 85.f
corpora ab iiſdem, quandoq; læduntur, quandoque iuuantur, prout illis applicantur. 88.d
corporis carnoſitas multis exercitationibus remouetur 89 f
corpora induta minus à ſole calefiunt ſecundum Ariſto. ſententiam & qua de cauſa. 105.a
corpora luxata tum hominum tum quadrupedum natando in artus facillime reſtituuntur 118.f
coriccum in palæſtra ubi nam erat. 9.b. & quid eſſet 11.d.33.d
corycus quid eſſet ex Antylli ſentẽtia. 33.a. 73.d.91.e
Cornarius corycum malè follem interpretatus eſt in Hip. conuerſione 33.c
coxas debiles ſaltatio confirmat 90.e
coxis ex Hip. ſentẽtia equitatio eſt inimica. 114.a
craneum gymnaſium apud Corinthos 8.d
craſſi quando cibum debent ſumere 83.a
crateri medici ſeruus horrili quodam morbi genere captus fuit, quo carnes ab oſſibus cadebant 2.e
Cratinus poeta cur ſaltator ſit uocatus. 38.b
crepaturas patiẽtes ſaltũ debent uitare. 97.d. & diſcum. 99.a. & ſpiritũ retentũ. 108.c. quomodo fiant 110.c
cryptoporticis antiqui ad deambulandum utebantur, & qua de cauſa 101.f
criſilaſiæ forma ex Oribaſio, quæ nata fuerit. 57.b. eius utilitas 112.c
Crito medicus Romæ ſub Traiano floruit. 93.b
crudos pilæ luſus lædit 92.b
crura infirma ſaltatio corroborat 90.e
crurum ulcera haltere Gal. curabat. 98.a
cruſtularii in gymnaſiis cruſta uendebant. 23.f
cunis quomodo in ægris curandis antiqui medici uterentur 62.d.117.d
curatiua medicinæ pars ob neceſſitatẽ prius eſt inuenta, & à quibuſdã impoſtura quædam dicitur 2.f
curæ ſanum corpus conſeruant 3.c

Currendi facultas à natura data eſt animalibus 41.d
Curſus certamen Elei inſtituerunt 41.f
Currens ab ambulante quo differat 95.e
Currentes hyeme magis vigent ſtantibus, & qua de cauſa 81.e
Currentium ſpiritus anhelat 96.a
Curribus faciendis materia apta eſt abies 60.b
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit herodotus, vtebantur & quantum ſpacij perficerent 60.e
Curribus omnis generis ſani vtebantur. 60.e
Curribus tectis principes vtebãtur potius, quàm apertis antiquitus 60.f
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur 60.f
Currus multa apud antiquos erant genera, & quæ & quomodo ſimilia, & diſsimilia erant 61.a
Currulis vectatio ab Erichthonio eſt inuenta 60.a
Currulis vectatio apud mulieres Romanas in maximo honore habebatur 60.c
Currulem vectationem Romani mulieribus abſtulerunt, ob nimium luxum, poſtea illis reſtituerunt, & qua de cauſa 60.c
Currulis vectatio apud gymnaſticos æſtimata erat 60.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vſu 60.b
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt 60.b
Currus ſex rotarũ ſcythæ inuenerũt 60.b
Currus forma eſt varia 60.b
Curruũ certamen in ludos olympios quando ſit inuectum 60.c
Curſor qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 26.a
Curſus Gal. ſententia non parum confert ad ſanitatem, & bonum habitum 42.b. 94.f
Curſus quis motus ſit 73.d. eius vtilitas & damna 95.a.e
Curſus tres ſunt ſpecies ex Antylli ſententia 42.b
Curſus apud veteres græcos quid ſit 80.d
Curſus omnis febrientibus nocet 95.a
Curſum pro vertiginoſis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 95.c
Curſus circularis eff.ctus qui ſint & omnino repudiari debet ibid.
Curſus eos, qui fungos comederunt, & qui à ſcorpionibus icti ſunt, iuuat 95.d
Curſus quomodo renes lædat, & iuuet 95.d
Curſu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur 95.d
Curſus pedes & crura iuuat 95.d
Curſus qua de cauſa ex Ariſto. ſententia caput lædat 95.b.96.a
Curſus à quibus vitari debet 96.b
Curſut iu poſteriora factus quæ nam auxilia ex Antylli ſententia corporis partibus præſtet 96.c
Curſus per accliuia & decliuia differentiæ 96.d
Curſus corpore nudo factus quid efficiat 96.e
Curſus quo tempore magis ſit faciendus. 96.f

D

Dares apud Vergi. ceſtu valuit 41.e
Deambulationis vtilitas 47.b. 99.100. per totum.
Deambulationibus loci apti qui ſint 47.d.e 79.e.101.102. per totum.
Deambulatio multas habuit ſpecies 48.b. 99.d
Deambulatione quando vti debemus .99.e
Deambulationis effectus qui ſint ibid.
Deambulatio mediocris eſt magis in vſu & quæ ſit ibid.f
Deambulatione pro inſania & aſthmate curandis Cœl. Aureli. vtebatur 100.a
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur 100.a
Deambulatio pauca quibus nam conueniat 100.e
Deambulatio extremis digitis facta lippientibus confert 101.a
Deambulationum differentiæ à loco ſumptæ quæ ſint 101.b. & earum vtilitates, & nocumenta, ibi. & infra.
Deambulatio tarda quibus cõueniat 100.b
Deambulatio quę nam ſit, qua Hip. Auic. & Haly poſt cœnam vtuntur 100.b
Deambulatio febres auget. ibid.
Deambulatio minorem fatigationem in ſpirandi

randi difficultate, quàm pedibus ſtare affert. ibid.e
Deambulatio vehemens corporis tremorem expellit. flatus diſcutit. ibid.
Deambulatio ſalubrior quæ fit ex Aeumeni medici ſententia 80.b.& 101.d
Demetrius Hermopolita, & eius laus. 22.e
Demoſthenes prope maris litus vociferabat.55.e. & aſcendendo orationes recitabat. & qua de cauſa 101.b
Di aulus curſus qui ſit 42.b
Diocles eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 82.f.103.a
Diocles reprehenditur, qui epilepſiam ſpiritu retento curari dixit 108.e
Dionyſio ſyracuſano cibis appoſitis non delectanti quid coquus reſponderit.67.d. 120.b
Dioreus aduerſarium vnctum & ſine puluere ſuperauit 12.e
Dioxippus aduerſarium vnctum & ſine puluere ſuperauit 12.e
Diſci exercitatio fuit antiqua 43.e. eius vtilitas 98.d
Diſci figura qualis fuerit eſt ignotum. 44.a.b
Diſcus robuſtis corporibus conuenit. 78.e
Diſci exercitatione loco purgationis, & phlebotomiæ, ſi quid impediat, vti poſſumus ex Gal.authoritate 98.e
Diſcus à iaculatione tum in iuuando tum in lædendo parum differt ibid.
Diſeus ab haltere differt 98.f
Dolentibus varius ſermo ſubuenit 109.f
Dolichus curſus qui ſit 42.b
Domitianus Imp. iaculatiōe excelluit. 46.b
Domitianus Imp.locum pro vocis exercitatione inſtituit 55.d
Dorſum diſcus corroborat 98.e
Dorſum debile habentes erecti ſtare non debent.& qua de cauſa 103.d
Dracunculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent 2.d
Dropax quid ſit 78.e
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ ſoluuntur 73.f
Duellum à quo ſit inuentum, & cui pugnæ antiquorum generi reſpondeat 106.b

E

Elæotheſium in palæſtra vbi nam eſſet. 9.b.11 d
Elleborum qui ſumpſerunt geſtatio in lectica facta iuuantur. 116.d. & in lectis penſilibus 117.c
Elephantiaſis Aegypto familiaris quo tempore italis innotuit 2.c
Elephanticos vſu coryci Aretæus curabat.91.e. & vociferatione.109. b. Celſus deambulatione.100.e. Aſclepiades geſtatione 115.d
Elephanticos natatio maritima iuuat 118.e
Entellus apud Vergi.ceſtu valuit 41.e
Ephebus Athenis ſerpentem puſillum, & ſtatim ambulātem cū ſemine emiſit. 2.d
Ephebæum in palæſtra vbi nā erat & quantum 9.b.11.b
Epilepſia inſolatione moderata ſecundum methodicos curatur 104.e
Epilepſia gladiatoris iugulati ſanguine epoto ſecundum quoſdam curatur 106.e
Epilepſia ſpiritu retento Cæl.Aureli.authore non curatur 108.e
Epilepſia quo pacto vociferatiōe curet.109.e
Epilepſiæ vehiculo per longam viam vehi non cōducit Cæl.Aureli.authore 116.a
Epilepticos geſtatione Gal.Tral.& Aet.curabant 116.a
Epilepticos curſus vehemens ex Theodori Priſciani ſententia liberat 95.c.& longa & recta ambulatio ex Cæl.& eel.authoritate 100.e
Epilepticos Aretæus curabat manuum geſticulatione 90.e. lædit deambulatio. 100.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obeſt 118.e
Equitatio an ſit exercitatio 29.f. eſt motus mixtus ſecundum Gal. 60.a.113.d
Equitatio quid efficiat & eius inuētor 58.e. ſemper in bonore eſt babita ibi.& 59. e. eius vtilitas & damna 113.e.f
Equitatio ſuccuſſante equo facta quid efficiat 114.b
Equitatio per aſtureones equos facta quid efficiat ibid.

Equitationis per gradarios equos factæ eſſe ·ctus. ibid.
Equitantes cur aliquando lachrymas emittant. ibid.d
Equitatio an ſit geſtatio. ibi.f
Equitationis Cor.Cel.non meminit. ibi.f
Eraſiſtratus miſsionem ſanguinis è medicina auferendam, atque etiam omnem exercitationem inutilem ad ſanitatem iudicauit 69.a
Eraſiſtrati rationes, quatuor quibus exercitationem inutilem eſſe ad ſanitatem dixit. ibid.
Eraſiſtratus per inediam trium aut quatuor dierum multos affectus curabat. 70.a
Eraſiſtratus eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 82.f
Eraſiſtrati rationes ſoluuntur.ibi. & infra.e
Eraſiſtratus malè à Cœlio reprehenditur, qui paralyticos deambulatione in locis harenoſis facta exercendos iudicabat 101.f
Erectum ſtare an ſit exercitatio.48.d. vtilitas & nocumenta 103.d
Erecti ſtantes quodammodo mouentur. 49.a
Erectum ſtare ante cibi ſumptionem quomodo viuat 50.b.103.f
Erectum ſtare multas habet differentias, & vnde capiantur 103 f
Erectum ſtare poſt cibos ſumptos quid faciat 49.f.104.b
Ericbthonius curr ulem vectationem inuenit 60.a
Eryſimachus medicus ad ſingultum curandum ſpiritus cohibitione vtebatur 54.b
Eſculenta tum cibi tum remedij cauſa ægrotis exhibentur 3.c
Euripidis ſententia de athletis 26.d
Excrementa diuerſis modis è corporibus auferunt 71.d
Excrementa in corporibus detenta multas morborum ſpecies generant. 69. d. 71.a.78.b.79.a
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent 82.f
Exercitationes corpus conſeruant ſanum. 3.c
Exercitationes quomodo corpori ſano vtilitatem, Gal. & Auic.ſententia, præſtent 3.e
Exercitati homines qua de cauſa à frigida lotione læduntur 8.b
Exercitationis diffinitio ſecundum Gal. 29.b.ſecundum Auic.d.ſecundum Auer. & hunc autorem e.
Exercitationis diuiſio ſecundum Platonem 30.c.e
Exercitatio vtiliſsima quæ ſit ex Gal.ſententia 66.d
Exercitationis differentiæ vnde ſumantur. 68.c
Exercitationes opportune factæ multorum errores corrigere poſſunt 68. e & multa bona præſtare 70.b.e.71.d
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 68.f
Exercitationem omnem Eraſiſtratus ad ſanitatem inutilem iudicauit 69.a
Exercitatio concoctionem impedit ex Eraſiſtrati ſententia ibid.
Exercitatio natiuum calorem, & humidum lædit, Eraſi ſententia, & per conſequens ſanitatem conſumit 69.b
Exercitationis neceſsitas, & vtilitas 69.c
Exercitatio corporis habitum conſeruat. 69.d
Exercitatio laborem coniunctum habet. 69. f
Exercitatio calorem naturalem auget, vnde fit, vt ipſe mediocritatem tranſeat. 70.b
Exercitatio ſuperfluos humores conſumit. ibid.
Exercitatio cunctis hominibus indifferenter conuenit ſecundum quoſdam 70.f
Exercitationibus homines naturaliter inclinantur ibi.& 71.c
Exercitatio ſanitatem præſtat ibid.
Exercitatio excrementa expellit è corpore. ibid.
Exercitatio cunctis ante cibi ſumptionem conuenit 70.f.71.b
Exercitatio quoſdam lædit, quoſdam iuuat. 71.b
Exercitatio aſſuetis conuenit, non autem in aſſuetis

in aſſuetis ſecundum quoſdam 71.f.72.a
Exercitationum tres ſunt primæ differentiæ 73.a.89.b
Exercitatio præparatoria ſecundum Gal. quæ ſit ibid.
Exercitatione præparatoria quando, & quo modo vti debemus 73.a
Exercitatio curatiua quæ ſit, & quando ea vti debemus. ibid.b.& 89.c.d
Exercitatio ſimplex quæ ſit, & eius ſpecies. ibid.& 89.d
Exercitatio eorum, qui vitam temperatam degunt quanta eſſe debeat. ibid.
Exercitatio propriæ dicta ſpecies habet. 74.a
Exercitationes poſſunt morbos in quantitate auferre 76.b
Exercitatio ſecundum Hip.per additionem fieri debet 77.a
Exercitatio bonum habitum inducit, & ſanitatem conſeruat 78.a
Exercitatio nulla debet eſſe aut violenta, aut immodica 78.b
Exercitationes à quibus vitari debeant. 78.f
Exercitatio omnis in loco ſalubri fieri debet 81.c
Exercentes ſe ſub ſole magis incaleſcunt quieſcentes,quàm qui mouentur, & qua de cauſa ibid.
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 82.b
Exercitatio ex medicorum ſententia ſemper ante cibum à ſanis fieri debet 82.d. 84.b.102.f
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 82.e
Exercitandi tria debent obſeruare 82.f
Exercitationis nocumenta factę poſt cibum quæ ſint 82.e.103.a
Exercitatio non debet fieri vbi ſtomachus eſt valde vacuus, & qua de cauſa 83.a
Exercitati ſtatim poſt exercitationem nullum cibum aut potum debent ſumere. & qua de cauſa 83.b
Exercitationis terminus duplex eſt 84.e
Exercitatio duo requirit membrorum robur, & caloris augumentum 84.f
Exercitationes conſuetæ in ſenectute congruunt 85.b
in Exercitatione laſsitudo ſemper eſt vitanda 85.b
Exercitationis terminus eſt famis ſenſus. ibidem.
Exercitatio Socratis ſenis quanta eſſet. ibi.
Exercitatio virorum quanta eſſe debeat. ibidem.
Exercitatio puerorum quanta eſſe debent. ibidem.
Exercitatio fortium hominum quanta eſſe debeat,& debilium ibid.
Exercitatio ſenum minor eſſe debet quàm, cùm iuuenes eſſent ibid.
Exercitatio hyeme facta citra ſudorem fieri debet 85.d
Exercitatio vere facta vſq; ad ſudorem fieri debet ibid.
Exercitatio Autũmno facta minor eſſe debet ea,quæ æſtate fit ibid.
Exercitatio inaſſuetorum quæ, & quanta eſſe debet 86.a
Exercitatio immodica omnibus nocet. 86.b
Exercitationis immodicæ ſigna ibid.
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 86.d
Exercitationi peragendæ qui modus eſt adhibendus 86.d
Exercitationem viri quando debeant incipere 86.d
Exercitationem antequã inciperent antiqui quid nam facerent 86.e
Exercitationem ſtatim poſt cibum nemo debet incipere 87.a
Exercitatio prius remiſſe ac debiliter incipi debet,deinde paulatim augeri 87.c
Exercitationis particularis cognitio, ſine vniuerſali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 88.a
Exercitati ſtatim poſt exercitationem veſtes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato ibid.d
Exercitationem antequã quis incipiat,quid nam facere debeat ibid.
Exercitati non ſtatim poſt exercitationem debent quieſcere, nec cibum aut potum ſumere ibid.

Exercitationis modus & ordo totus quis nam ſit. ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam eſſe debeat. ibid.
Exercitationis mos apud antiquos diuerſus fuit ab eo, qui nunc eſt in vſu. 88 f
Exercitatione præparatoria multi poſt coitum meridianum qua de cauſa vteretur. 89.c
Exercitatio cum puluere quid operaretur. ibid.
Exercitatio cum oleo facta quid efficiat. 89.e
Exercitationes multæ oculorum acumini obſunt. 89.f
Exercitatio magna, vehemens, remiſſa & alię à quantitate ſumptę, quid in noſtro corpore agant. 90.a b
Exercitatio fieri non debet niſi poſt cibi coctionem. 92.b
Exercitationes quæ nam quibus temporibus ex Hip. ſententia fieri debeant. 93.e
Exercitatio capite inclinato facta quos lædat. 112.f
Exilitio ſaltus ſpecies curſui aſsimilatur. & eius effectus. 97.b

F

Fabularum recitatores vocis exercitationi operam dabant. 55.a
Factionum ſtudioſi homines æquorum ſuę factionis ſtercora odorabant. & qua de cauſa. 58.f
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ. 58.f. vnde ſint ortæ. 59.b
Febre acuta laborantes ab omni motu ſunt remouendi ex Gal. ſententia. 75.d
Febres ſæpe contingunt, quia conſuetæ exercitationes dimittuntur. 78.e
Fertorium quid eſſet. 61.f
Flauius Veſpeſianus dicebat, imperatorem ſtantem mori debere. 49.f
Fletus nocumenta. 112.a.b
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctam debent omnino vitare. 93.d
Foetus humanus in vtero matris paucioribus ligamentis detinetur, quàm fœtus irrationalis, & qua de cauſa. 57.a
Folis pila quę nam eſſet. 34. a. d. vtilitas. 91.f
Fornacatores in gymnaſijs quid agerent. 23.f
Foſsio eſt exercitatio & opus. 74. a. 98.b
Foſſores qua de cauſa à victu inordinato & prauo non læduntur. 85.e
Frigida lauatio in palæſtra vbi nam erat. 9.b. 15.b
Frigidarium in palæſtra vbi nam erat. 9.b. 15.b
Frigidum quodcunque ſtatim poſt exercitationem ſumptum, iecur ventrem & alias partes lædit. 83.b
Frigus nimium quid in noſtra corpora agat. 81.e
Fundæ inuentores phœnices fuerunt. 45.b

G

Gal. anno ætatis ſuæ 30. luxationem ſummi humeri in palæſtra paſſus eſt. 10.a
Gal. tempore in palæſtra pueri exercebant. 11.b
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur. 14.e
Gal. paulo poſt ſenecam & Plutarchum floruit. 16.f
Gal. gladiatorum medicus à Pon. ſuæ ciuitatis fuit electus. 51.b
Gal. vt ſe exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat. 74.c
Gal. obeſum corpus veloci curſu curauit. 78.d
Gal. patria temperata fuit. 80.a
Gal. iudicat radios ſolis magnas capitibus humanis noxas afferre. 102.d
Gallica lues noſtris temporibus apparuit, priſcis ignota. 2.e
Galli venatores helleboro ſagitas inficiebant. 67.e
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet. & qua re ex Ariſto. ſententia. 101.e

Genitalia

Genitalia membra flatibus oppreſſa luɛta ſanat 93.a
Germanicus Tyberii Imperat. nepos qua cauſa equitatione uteretur 59.f. 113.f
Germanicus equitationis beneficio à crurũ tenuitate fuit liberatus 76.e
Geſtationis multæ ſunt ſpecies 115.a
Geſtatio eſt debilis exercitatio,quibus conueniat,& aduerſetur ibidem.b
Geſtatione in quibus morbis curandis Aſclepiades uteretur 115.d
Geſtatio in mari perturbato omnino eſt fugienda ibidem
Geſtatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Geſtatio ſine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 115.e
Geſtatio uehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Geſtatione in quibus morbis curandis Gal. vteretur 116.a
Geſtatio morbis diuturnis prodeſt ibid.f
Geſtatione ſella,& lectica facta ægri uti poſ ſunt morbo iam inclinaute 117.a
Geſtationis in alto mari factæ effectus. 118.a
Gymnaſia nullus antiquorum ſcriptorum ſufficienter tractauit 3.d
Gymnaſia quæ nam fuerint 7.f.8.a
Gymnaſia quare,& à quibus primùm ſint inuenta 8.b
Gymnaſia diebus feſtiuis magis frequentata erant,& quare 10.b
Gymnaſium cur antiqui liberi propinquũ effecerint 17.d
Gymnaſtica quid ſit,& quotuplex ſit 4.a.c. & 74.a
Gymnaſtica ad medicum pertinet 4.a
Gymnaſtica ad ſanitatem multa bona,& commoda affert 4.b
Gymnaſtica quomodo à Pædotribica differat 4.c.d
Gymnaſtica vnde ſit dicta 7.e
Gymnaſtica ars apud græcos ſolùm in vſu fuit,& quo tempore ad Romanos acceſſit 7.e
Gymnaſtica proprios habuit authores, quorum opera fuit illuſtrata 22.c.d
Gymnaſiarchus quid nam eſſet 22.d
Gymnaſticæ artis effectus 24.b c
Gymnaſticæ bellicæ finis 24.d
Gymnaſtica vitioſa quæ ſit 7.d.24.a.à Gal. vituperata 25.e
Gymnaſtica medica ſaltationes non reſpuit 31.e
Gymnaſticæ duo ſunt genera,& quæ 31.b. 60.a
Gymnaſtica principaliter circa ſanitatis cõſeruationem,conſequenter verò circa ſanitatis curationem verſatur 88.e
Gymnaſtes qui nam eſſet 22.f.& eius onus. 23.c
Gladiatores apud Romanos qui eſſent, & eorum abſurdi mores 51.a.b
Gladiatores vſque ad mortem intrepide pugnabant 51.b
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare 51.c
Gladiatores ſanguinẽ ex vulneribus aduerſarij bibebant & quare. ibid.& 106.e
Gladiatores poſt pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorum deteſtatio ex D.Cypriano. ibid.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid.d
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibid.e
Gladiatores lentulus alebat capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Com.Imp. ibid.
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibid.
Glaucus caryſtius pugilator excellentiſsimus 40.c.52.a
Graciles quiete vti debent 78.d
Guilielmus Choulus de antiquorum exercitationibus ſcripſit 11.b
Guilielmus Choulus errauit exiſtimans diſcum eſſe pilam rotundam in medio perforatam 44.c.52.e
Gordianus Iunior Imp.thermas æſtiuas fecit 80.b

H

Habitus corporis in exercitationem conſiderandus 78.c

Hadrianus Imper. lauabatur, ubi & plebs. 10.b
Hadrianus Imp. curſum Nemiacis & Iſthmicis certaminibus reſtituit 41.f
Had. Imp. lege ſanciuit, ut milites in menſe ambulatum educerentur 48.b
Halteres quale inſtrumentum fuerit. ex Oribaſii ſententia. 44.d. eius utilitas, & damnum 97.f. & infra
Haltere loco purgationis & phlebotomiæ. fieri aliquando poteſt, ſi quid impediat. 98. b
Haltere antiquorum etſi nos caremus, loco tamen ipſius aliis inſtrumentis uti poſſumus, & iidem effectus ſequentur. ibidem
Hæmorroidas ſaltus prouocat 97.e
Harpocræ liberto Claudius Imp. conceſſit, ut per urbem lectica ueheretur 61.f
Heliogabalus Impe. quibus piſcinis lauabatur 15.b
Heliogabalus Imp. balnea uiris ac mulieribus promiſcua exſtruxit 18.f
Heliogabalus imp. lectos argenteos habuit. 21.e
Heliogabalus Imperator. curribus animalia monſtruoſa, & aliquando fœminas nudas iunxit 60.b
Heliogabalus Imperat. Naumachias in euripis uino plenis exhibuit 64.b
Hepatica affectio quædam in Meloniis apparuit, quæ miros effectus pariebat, ea laborantibus 2.d
Hernia laborantes recti ſtare nitent. 103.e
Hernia quomodo generetur 103.e
Herodicus Selymbrianus; poſt Aeſculapium artem medicam multum auxit & illuſtrauit 1.c
Hydropiſim lucta, uel palæſtra Oribaſius curabat. 93.a.d. Cœli. Aure. uociferatione. 109.a
Hydropici continuis exercitationibus ex ſententia Theodori Priſciani curari poſſunt. 94.c. itemq; curſu. 95.d. & uociferatione. Cæl. autho. 109.a
Hydropicis uociferatio prodeſt 109.a
Hydropicos geſtatione Aetius curabat. 116.b
Hydropici Tral. ſententia lectica uti poſſunt. & qua de cauſa 116.d
Hydropicis maritima natatio prodeſt. 118.e
Hyeme minus æſtate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de cauſa. 82. b
Hippocrat. duas medicinæ partes curatiuam, & præſeruatiuam ad ſummum perfecit 2.e
Hippoc. tria documenta ad eos, qui ſe exercere uolunt 8.b
Hippoc. tempore balnea publica aut priuata rara erant ædificata 14.e
Hippocr. præceptum de ſanitate tuenda. 27.e
Hippocr. uoluit omnia fieri ἐκ προσαγωγῆς. 54.c
Hippoc. ſententia de homine comedente, & non laborante 69.d
Hipp. patria temperata fuit 80. a
Hippo. iudicat, ſolis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 102.d
Hipp. Herodici Selymbriani diſcipulus artem medicam illuſtrauit 1.e.2.b
Hippolytus uenatione utebatur, ut uirginitatem conſeruaret 120.a
Hypocauſtum & laconicum non idem fuerunt 16.d
Hypocauſtum balneo ſeruiebat 16.e
Hiſtriones uocis exercitationi operam dabant 55.a
Hiſtriones infibulabantur. & quare. 55.e
Homeri tempore Gymnaſtica ars principium quoddam habuit. 6.c. 23.d
Homines naſci propenſos ad muſicam & Gymnaſticam quomodo cognoſcitur. 6.c. 30.c
Homines cuiuſcunque ætatis illas exercitationes uitare debent, à quibus læduntur 77.f
Homines cur aliqui ſedendo macreſcunt, alii qui pingueſcunt. 79. b
Homines excrementoſi & calida temperie præditi ſedendo pingueſcunt ibidem
Homines excrementoſi & frigida temperie præditi ſedendo macreſcunt ibidem
Homines, qui ante cibos, & ordinate ſe exercent, non indigent ita exquiſita uictus ratione, ut illi, qui non ſe exercent. 88.d

Homines

Homines ignari, dum legere incipiunt, cur ſomno capiantur 110.f
Homines excellentes, dum legunt, ſomno non capiuntur, & qua de cauſa. 111.a
Homo comedens,& non laborans ſanus viuere non poteſt. 69.d.78.f
Hora, qua ſani homines cibum ſumere debent,quæ nam ſit. 83.c
Horæ diei Romæ quomodo,authore Martiali, diſpenſarentur. & quomodo authore Horatio. 83.d
Horarum conſideratio ab antiquis,Gal. authore quomodo fieret. 84.c
Hordeum militibus, qui parum pro feciſſent,pro frumento dabatur. 5.d
Humidum naturale à ſuperfluitatibus turbatur, & inficitur. 70.b
Humores crudos in ſtomacho aggregatos ſaltatio diſsipat. 90.c

I

Iaculationis ſpecies duas fecit Plato. 45.d
Iaculationis inſtrumentorum inuentor. 46.c
Iaculorum inuentor quis fuerit. 46.c
Ianitores in gymnaſijs quid agerent. 23.f
Ianus cornarius Platonem latinum fecit. 80.d
Icterici omnes ſapores amaros iudicant. 100.f
Iecoroſos natatio maritima iuuat. 118.e
Imitationis ſpecies ſecundum Ariſtot. 36.b
Impuberes ſingulari certamine certabant. 52.a
In autumno hora ueſpertina cibus ſumi debet,& qua de cauſa. 83.c
In balneis ædificandis quanta fuerit priuatorum hominum diligentia. 14.f
Incubone multi Romæ aliquando periere. 115.d
In gymnaſia vana hominum genera conueniebant. 8.f.9.b.e
In hyeme hora veſpertina cibus ſumi debet.& qua de cauſa. 83.c
In morbis intermittentibus motiones aliquando ſunt vtiles ex Hip.& Ariſto.ſententia. 75.e
Inſanientibus in morbi declinatione muſicus cantus ſubuenit. 110.a
Inſolatione antiqui multis modis utebantur. 104.d
Intemperantia, multa morborum genera hominibus attulit. 1.b.2.b
Intemperies eſt duplex. 74.f
In vere hora meridiana cibus ſumi debet.et qua de cauſa. 83.c
Ira corpus ſanum conſeruat. 3.c.
Iſchiadicos curſus liberat. 95.e
Iſthmici ludi in iſthmo agebantur. 7.b
Iulianus quidam ſanguinem euomens quo quomodo oraculo monſtrante fuerit ſarit ſanus factus. 2.a
Iuliani Imp. priuilegium medicis conceſſum. 3.a
Iuuenes omnibus ferè motibus ſunt apti 78.d

L

Labor nimius palorem inducit. & qua de cauſa. 27.f
Lauor ex Eraſiſtrati ſententia eſt naturæ noſtræ inimicus,& iocunditatem à ſanis aufert. 69.b
Laboribus inaſſuetos aliquando exercere debemus. & qua de cauſa. 72.e.86.a
Labores moderati quibus nam corporibus conueniant. 79.d
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant. ibid.
Lacedæmonij venatione ſe exercebant. 67.d
Lacedæmonas damnat Ariſto. quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 85.c
Laconicum et tepidarium non ſunt idem apud vitruuium. 15.f
Laconicum & hypo cauſtum non idem fuerunt. 16.d
Languidis vociferatio ſuccurrit. 109.a
Laſsitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obſit. 100.d
Lecti apud antiquos varij erant. 21.e
Lectus fulcra mobilia habens quid ſit. 62.d.& 117.e.
Lectis penſilibus pro ægrorum exercitiis antiqui

antiqui medici utebantur. 62.c.& 117.b. quid eſſent,& quomodo fierent. ibidem.e
Lectis penſilibus, Celſo authore, quando uti debemus 117.b
Lectis penſilibus geſtatio facta tam ante cibum, quàm à cibo prodeſt 117.b
Lectica qua re eſt inuenta 61.b.62.a.& quot numero ſerui eam portarent. 61. c. eius uſus.116.c.e
Lectica per urbem geſtari libertis erat uetitum 61.e
Lectica noſtra cui antiquorum ſellæ correſpondeat 61.f
Lectica in languentibus antiqui medici utebantur 62.a. 116.e
Lectica à ſella differebat 62.b. & 116. e
Lectica multi uſus apud antiquos fuit. 116. b
Lectica,in,ea ſedentes,qui nam uti poſſint. 116. d
Lectuli penſilis agitatio quandiu fieri debeat 63.a
Lectionis ſpecies, & earum ad ſanitatem uſus 110.d
Lectio quomodo fieri debeat 110.f
Lectione remiſſa poſt ciborum ſumptionẽ uti poſſumus 110.f
Lenti labores quibus nam corporibus conueniant 79.d
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes uehebantur 116.d
Leucophlegmatia corpus totum deturpat. 76.a
Liberati à morbo, quid ſibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant 1.d
Libarii in Gymnaſiis liba uendebant. 23.f
Libertis erat interdictum quo minus per urbem lectica ueherentur 61.f
Liber de inſomniis eſt Hippocrat. adſcriptus, & qua ratione hoc cognoſcatur. 103.b
Lycæum Ariſtotelis 8.c
Lycurgus decreto uetuit, ne quis manibus in altum ſublatis exercitaretur. 53.e
Lycurgus iuſſit uirginum corpora luctationibus, curſibus, & huiuſmodi aliis exerceri 93.e
Lienoſos, natatio maritima iuuat 118.e
Loca ad Septentrionem & Orientem ſpectantia ſunt ſalubriora iis, quæ ad Meridiem & Occaſum ſpectant,& qua de cauſa ibidem.& 80.a
loca prope paludes, & ſtagna, & huiuſmodi alia ſunt mala 81.a
Loca prope mare ad Meridiem, uel Occidentem ſpectantia ſunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti ſunt tres conditiones. & quæ ibidem.f.& 80.b.& 81.a
Locorum uis. quantum poſſit 79.e
Locus,ubi uocis exercitatio fiebat,qualis eſſet 55.d
Locus,in quo exerceri debẽt homines, byeme calidus, æſtate frigidus eſſe debet. 81.b
Locutio eſt debilis exercitatio, quibus conueniat, eius utilitas, & nocumenta. 111.a.b
Longa ambulatio humiditates exiccat. 100.e
Longus funis quid ſit Cœlio Aureliano. 57.c.63.d
Lotiones corpus ſanum conſeruant 3.e
Lucius quidam lateris dolore laborans, quomodo oraculo monente fuerit illo liberatus 1.f
Ludi omnes antiquorum cur ſint inſtituti. 5.a
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 5.b
Ludum cur inter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author. 33.e
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 43.c
Ludorum uictores quomodo honorarentur 7.b
Luctæ præfectus, & eius onus 22.f
Lucta fines tres habuit. 39. b. quatuor modis fieri poteſt 92.e
Luctatoriæ artis auctores, qui fuerint. 39.b. 41. f
Lucta robuſtis corporibus conuenit. 78.e
Luctam Gal. artis Gymnaſticæ minimam partem eſſe iudicauit.

Lucta-

Luctatoriæ artis auctores qui fuerint 39.b. 41.f
Lucta robuſtis corporibus conuenit 78.c
Luctam Gal artis gymnaſticæ minimam partem eſſe iudicauit 38. f. eius apud antiquos magnus vſus fuit 92.d
Luctam noſtro tempore exercent ruſtici, quomodo apud antiquos athletæ exercebant 92.e
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præſtet 92.f
Lucta habentibus crura debilia nocet 93.b
Lucta qua ratione pectori nocent 93.b
Lucta remiſſe facta quid corpori præſtet 93.c
Lucta ſuper pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 93.c
Lucta in puluere facta carnis plenitudinem remouet 93.d
Lucta ex ſententia Gal. eſt per quam exigua pars gymnaſticæ medicæ 93.e.94.c
Luctator qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 26.a
Luctatores quid nam agerent, antequã luctarentur 38.e
Luctatores vocabantur veri athletæ ſecundum Galenum 40.c
Lugentibus, varius ſermo ſuccurrit 109.f
Lumis malè affectis lucta nocet 93.b.& cur ſus 96.b
Lumbos diſcus corroborat 98.e

M

Machaon venatione ſummopere delectabatur 66.e
Magni Pompei poſt ætatem homines toto corpore ac ſingulis diebus lauari cœperunt 19.a
Manuum geſticulatio ad ſanitatem conſeruandam conducit 37.f
Manucodiata auis carens pedibus ſemper in aere permanet,nec in terram niſi mortua cadit 48.e
Manuum geſticulatio humores attenuat 90.e
Marcus Aurelius Aſclepiades, & eius laus. 22.f
M.Aurelius Antoni.Imp.balnea virorum, ac mulierum ſeparauit 18.f
Marcus Antoninus Imp valetudinis ſtudioſsimus quid ante cibi ſumptionem ageret & qua hora cibum ſumeret 83 d
Marcus Tul.ſtomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 68.e
Marcia fons hauſtu erat iucundiſsima 19.b
Mare eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 3.c
Mare inſignem ſalubritatem quare efficiat 63.e.117.d
Marina aqua maiora pondera, quàm dulcis ſuſtinet, & qua de cauſa 66.b
Marius varicibus laborabat, & qua de cauſa 103.f
Marſilij Ficini error in Platonis translatione 14.d & 80.c.
Martialis exercitia dum ruri moraretur. 74.c.d
Materia, qua lauabantur, quæ nam eſſet. 15.a
Mecœnas Meſsius triennio ſiluit, & qua de cauſa 111.b
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes, cùm ſint diuerſæ, diuerſa etiam nomina ſortitæ ſunt 2.e
Medicus quomodo corpus humanum conſideret 5.f
Medicus eſt artifex res ſenſatas tractans. 78.b
Medicamenta quoſdam iuuant, quoſdam lædunt 71.b
Mediaſtini in balneis quid facerent 11.f. 23.d
Melancholicos lucta Theodorus Priſcianus curabat 93 a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur ſomno capiantur 110.f
Melancholiam Theodorus Priſcianus, & Aretæus geſtatione curabant 115.d
Membra corporis per exercitationem robur & firmitatem acquirunt 69.d.70.b
Menſę apud antiquos prope balneum erant ſitæ, & qua ratione 20.f
Menſæ & lecti ſimul apud antiquos parabantur 21.b
Menſtrua ſanitatem corrumpunt 18.b
Menſtrua ſaltus euocat.97. c. & deambulatio 100.a.101.a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 2.c

[illegible]eſſores qua de cauſa à victu inordinato & prauo non [illegible]ntur 85.e

[illegible]ethodi vniuerſales ex Gal.ſententia niſi particularibus ſpeculationibus iungun-tur parum iuuant 68.b

[illegible]ilitaris diſcipline cupidi gymnaſia ingre-diebantur 10 a

[illegible]ilo crotoniata vir robuſtiſsimus.24.e.quā tū comederet.27.c. quomodo robur oſtē-deret.49.b.53.d.107.a

[illegible]ocœnas primus [illegible]a calidarū aqua-rum in vrbe con[illegible]x 66 a

[illegible]oderati labores q[illegible] nam corporibus conuenian[illegible] 79.d

[illegible]orbi quo tem[illegible]ore non vigebant 1 a

[illegible]orborum tr[illegible] ſunt genera,& quæ 74.e

[illegible]orbus in intemperie, & eius ſpecies, ibidem

[illegible]orbus in mala partium formatione quî ſit, & quomodo fiat 74.f 75.a

Motus intempeſtiuus concoctionem cor-rumpit 69.e

Motus omnis moderatus cunctis corpori-bus conuenit 78.e

Motus intercisus minorem laſsitudinem membris affert.& qua de cauſa 89.e

Mortui in gymnaſijs apud antiquos ſepe-liebantur 8.d

Mulieres poſt Hip.ætatem podagra propter malam victus rationem laborare cœpe-runt 2.b

Mulieres apud antiquos non accumbe-bant 20.d

Mulieres cum viris quo tempore accumbe-re cœperunt 20.d

Mulieres frequentiſsimè ſaltationi dabant operam 38.b

Mulieres lacenæ quo ſaltu vterentur 43.a & 97.e

Mulieres quæ nam vitam magis ſanam & minus moleſtam degunt 79.d

Mulieres quæ nam faciliter pariunt ibi.

Mulierem prægnantem lædit ſaltatio 90.f. & 97.a

Mulieribus prægnantibus pica obſeſsis voci feratio prodeſt 109.a

Mulieribus parturientibus vociferatio pro-deſt ex Alexandri ſententia 109.a

Muſicam Plato gymnaſticæ contrariam eſſe dicit 56.b

N

Natationem curſui comparat Ariſt. 65.d

Natatio ſemper in honore apud veteres fuit 65.a.118.c

Natationis locus qui ſit 65.e. & 66.b. eius ſpecies 118.c

Natatio quibuſdam ægritudinibus ex An-tylli ſententia, & Gal.conuenit 65.c. d. & 66.a

Nataturi quid agere debent, antequā na-tent 65.d

Natatio inter exercitationes numerat̄ 65.d

Natationem cur antiqui addiſcerent 65.b. 66.c.118.c

Natatio in fluuio facta ſomnum indu-cit 118.d

Natationem in aquis ſponte naſcentibus fa-ctam Antyllus improbat 118.d

Natatio perniciosiſsima quæ ſit 118.d

Natatio ſub Dio facta quid operetur 118.e

Natatio facilius in mari quam in fluuijs fit Ariſt.authore 118.f

Natatio calida indurata emollit, & frigefa-cta calefacit & eius nocumenta 119.a

Natatio frigida calorem naturalē validum efficit.& coctionem adiuuat 119.a

Natatione frequenti, ſi quis vtatur, nerui læduntur 119.a

Naturæ calidæ ſecundum Hip.quieſcere de bent 71.c

Naturæ hominum adeò diuerſæ ſunt, vt ne-mo alteri prorſus ſit ſimilis 71.b

Natura corporibus noſtris meatus multos cur dederit 69.c

Naturis calidis quies conuenit 75.c

Nauigatio an ſit exercitatio 29.f

Nauigatio quibus morbis autore Auicen. proſit 117.f.63.e

Nauigationis modus ualetudinariis conue-niens qui ſit ex Herodoti ſententia 64.a

Nauigationis ſpēs ſunt multæ,& quæ.64.a, & 117.e

Nauigatio per flumen facta minus pertur-bat, quàm p mare,& quare 64.a. quibus morbis conueniat ibid.

Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 63.e.117.d

Nauigatio corpus mouet, & perturbat. ibi. & quare 64.a

Nauigatione qui nam vtantur. ibid.

Nauigantes

Nauigantes ſunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de cauſa. ibid f
Nauigatione ſanus factus eſt Anneus Gallio ſanguinem expuens ibi & 117.f
Naumachiæ cur à Pop. Rom. ſint inſtitutæ. 64.b
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 7.b
Nephretici Tral. ſententia lectica uti poſſunt, & qua de cauſa 116.d
Nephriticis nauigatio maritima prodeſt. 118.b
Nero Imp. gymnaſia quandoq; ingrediebatur, ut athletas certantes uideret 10.a
Nero Imp. muſicũ certamen inſtituit. 55.d
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque uehebatur 116.e
Nicomachus ſmyrnæus ualde craſſus qua via ab Aeſculapio ſit curatus a nimia illa craſſitie 76.b
Numa ſecundum Plutar. uoluit adorationes ſedendo fieri 49.e
Numerus exprimit rerum ſimilitudines. 36.c

O

Oculi lachrymantes læduntur ſaltatione. 90.f
Oculi lippientes, & lachrymoſi à quantũuis minimo motu læduntur, quiete uerò recreantur 92.b
Oculorũ circunuolutiones uertigines pariunt 91.e
Octauius Pãtagathus uir doctiſſimus Vitruuii contextum de palæſtra emẽdauit. 8.f.9.a
Oleum eſt ex extrinſecus corpori accidẽtibus 3.c
Olympici ludi Piſis agebantur 7.b
Onera portantes, ſi cantent, minus laborant 109.f
Onuphrius Panuinus Veronenſis de ludis diligentiſſime ſcripſit 5.c
Ophthalmiæ lucta nocet 93.d
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aeti geſtatione curabant 116.a
Orcheſtica tertia ſaltatoriæ ſpecies in plures partes diuiditur 31.c. & 90.e
Orthopnoicos uociferatio iuuat 109.a
Orpheus ut Deus ab Alexã. Se. colebatur. 65.a
Os clauſum cõtinere ſitim extinguit. 111.b
Otium corporis habitũ deſtruit. 69.d. 71.e
Otiũ pernitioſum eſt & qua de cauſa. 72.e

P

Palæſtra quid ſit 8.b
Palæſtræ deſcriptio ſecundum Vitruuium, ac eius partes 9.b.c.d
Palęſtræ nomẽ q̃d ſignificet. 13.c.39.d. 92.e
Palæſtra multas ſub ſe habuit ſpẽs 38.d
Palæſtræ nomen unde ſit dictum. 38.f. 39.a
Palæſtra ſtomachum frigidis morbis oppreſſum liberat. 93.a. 94.d. Cæl. Aureliano authore.
Paleam hordeaceam quidam urinæ difficultate laborans per multum tempus, minxit 2.d
Pancratiaſtes qui ſit ex Ariſto ſententia. 26.a
Pancratium duplex erat. 39 d.40.d.e.92 e
Pancratiaſtes uocabantur ueri athletæ ſecundum Gal. 40.e
Pancratio Gal. plurimos ſanitati reſtituit. 41 a. 94.e
Paralyticis natatio in aquis ſponte naſcentibus facta Cæl. Aurel. authore prodeſt, & etiam in marinis aquis 118 d e
Partibus infirmis ab alimento nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodeſt 101.a
Paruæ pilæ luſores quomodo ſe haberent. 32.e
Paulus Manutius uir doctiſſimus, & eloquentiſſ. 63.c
Pauli Aeginetæ ſententia de coitu opponitur Gal & Actio 89.e
Pectoris dolore diuturno laborantibus uociferatio ſubuenit 109.a
Pectoris affectionibus curandis geſtatione Aetius utebatur 116.b
Pedes debiles & male tutos ſaltatio firmat. 90.e
Pædotriba ſecundum Platonem quis eſſet. 23.a
periſtylia in palæſtris quo nam pacto fiebant 9.b
peritonæum debile habentes ſpiritu retento læduntur 108.e
perſæ uictus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 70.e
perſis labores corporis Cyrus inſtituit ante cibi ſumptionem, & quare 3.f

petaurum quam haberet figuram 57.d
petronas ægra corpora exerceri iudicabat. 75.b
potulenta tum cibi tũ remedij cauſa ægrotis exhibentur 3.e
phœbus diſco Hyacinthum interfecit. 44.d
Philagrius medicus profluuium ſeminis exercitatione partium ſuperiorum curabat. 94 b. curſu Antyllus 95.d
Philander in ſuis in Vitruuium commentariis oſtendit, antiquos in ſtratis cœnaſſe. 20.b
Philoctetes dolorem, ſagitatum iaculatione leniebat 99.a.b
philoſophi in palæſtras ad diſputandum cõueniebant 9 b.e. 11.a
phyſicus quo modo corpus humanum conſideret 5.f
phryges inuenerunt currus quatuor rotarum 60.b
Phrynicus ob ſaltationis excellentiam ab Atheniẽſibus Imperator eſt electus. 37.f
Phrynon dux Athenienſium pancratiaſtes fuit excellentisſimus 41.a
phreniticí lectis penſilibus iuuentur, & qua de cauſa 117.c
phthiſicis uociferatio prodeſt 109.a
pilæ paruæ luſus in tres ſpecies diuiditur. 32.b. 73.d
pilæ magnæ luſus duas habuit ſpecies 32.f
pilæ inanis luſus quis apud antiquos fuerit. 32.f. & utilitas 91.d
pilæ ludorum quatuor apud Græcos fuerũt genera. & quæ 32.b. & 91.b
pilæ luſus ſecundum latinos. & eius ſpecies. 33.f. & 91.b
pila robuſtis corporibus conuenit 78.e
pilæ paruæ luſus omnes quid præſtarẽt vtilitatis corporibus 91.c
pilæ paruæ exercitatio inter ueloces motus numeratur à Gal & Paulo 91.c
pilæ magnæ luſus utilitates quæ ſint 91.d
pila trigonalis quæ non eſſet 34.e. vtilitas. 92.a
pila paganica quæ nam eſſet 35.c. quibus conueniat 92.e
pilamalleus quid ſit 58.c. & 112.f. eius utilitas, & nocumenta 113.a
pilicrepus in gymnaſiis quis eſſet, & quid ageret 23.e
pingues quanto magis exercentur, tãto magis ſani ſunt. & qua de cauſa 78.d
piſcatio nauigiis facta eſt nauigationis ſpẽs. 64.e
piſcatores marini cur pilos ruffos habeant. 64.f
piſcina pub. Romæ ubi nam fuerit 66.a
Pythagoras quidam athletis primus carnẽ exhibuit 27.a
pythagoras uoluit adorationes ſedẽdo fieri. 49.e
Pittacus Mityleneus Phrynonẽ Athenienſium ducem & pancratiaſten excell. uicit, ob quam rem ſtatua in Prytaneo ei erecta fuit 41.a
Pythici ludi Delphis agebantur 7.b
pituitoſi uociferatione iuuantur 109.b
Platonis ſententia de arte gymnaſtica 6.a
Plato laudat in v. de rep. ut mulieres nudæ cum uiris in palæſtra exerceantur 10.e
Plato ſecundum quoſdam athleta fuit 26.e
Plato fuit Hip. ſectator 30.d
Plato laudauit vt & pueri & uirgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quàm armato exerceretur 42.a
Plato ſcribens ſtatum moui contrariũ non prorſus uera locutus eſt 49.a
Plato dicit naturas diuinas ex motu & qete conſtare 49.a
Plauti uerſus de antiquorũ puerorum moribus in palæſtra 11.c
Plinius ſcribit athletas aliquando coitu vti ſolitos 28.d
Plinius ſecundus æſtiuo tempore poſt cibũ apricabatur 50.a
Plinius ſecundus ex Veſuuii montis concrematione interiit ibidem
Plinius dixit Aſclepiadem iucundum curãdi modum caluiſſe 75.c
Plinii iunioris exercitatio quæ fuerit 82.c
Plinius maior dum uoce & ſtomacho laboraret, lectione clara liberatus eſt 110.e
plinius Cœcilius uehiculo geſtabatur 115.f
plinius Romæ Sella utebatur, ut inter eundum ſtudiis uacaret 116.f
plinius iunior corporis ſanitatem uenatioꝰ ni referebat 67 d. 120.b
podalirius uenatione delectabatur 66.e
podagrici ſaltum debent fugere 97.d. & throchuum 112.e

podagricos

podagricos lenis & remiſſa iuuat deambulatio,& uehemens lædit 100.d
podagrici Tral. ſententia lectica uti poſsũt. & qua de cauſa 116.d
poeſis ſecundum Simonidem eſt ſaltatio loquens 36.c
pompei magni exercitia 42.a
pons naumachiarius quare ſic uocatus ſit. 64.c
poppea Domitii Nero. uxor, quid faceret, ut cutis candorem acquireret 10.c
porphyrius philoſophus carnis uſum cur prohibuit 70.a
porticus tres extra palæſtram quomodo diſponerentur 9.c
porticus erant partes gymnaſiorum principales,& quomodo ſe haberent 11.a
porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 47.e
porticus in uiridario Vaticano qualis ſit. 47.f
prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat. 47.b
prandium apud antiquos quid eſſet 20.a
praſinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 59.a
praſini erant una factio Romana 58.f
pratinas poeta cur ſit uocatus ſaltator. 38.b
praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis,& uehementibus curare nitebatur 100.c
prẹmia certatoribus cur fuerint inſtituta. 6.e.7.a
priapiſmum pilæ magnæ luſu Tralianus curabat 91.d. atque item haltere. 98.a
primigenes nullum minimum motum ſuſtinere poterat 71.d.75.d
prodicus agra corpora exerceri iudicabat. 75.b. propter quod ab Hippocrat. reprehenditur 93.a
prodicus ualetudinis ſtudioſiſsimus fuit. 77.e
propnigeum in palæſtra ubinam erat 9.b. 16.d
prouerbium in harenam deſcendere unde ſit ortum 7.d
prouerbium illud diſcum (quàm philoſophum audire malunt) unde ſit ortum 11.a
prouerbium ne quæras in ſtadio dolichum. 42.c
prouerbium tranſire metam 43.c
prouerbium contra eos, qui nec literas, nec natare ſciebant 65.b
prouerbium à mari & terra ſumptum. 118.a
Puerorum geſtatio in vlnis nutricũ eſt quædam ipſorum exercitatio 62.d
pueri poſt Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 2.b
pueri frequentiſsime ſaltationi operam dabant 38.b
pueri muſicam Platonis,& Ariſtot. ſententia debent addiſcere 56.a
pueri à ploratu ex Ariſtot ſententia prohiberi non debent.& qua de cauſa. 56.d.& 111.f
pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 65.d
pueri uſque ad uigeſimum primum ætatis annum labores multos indifferenter ferre poſſunt 85.b
pueris peritonæum aut ſcrotum ſpiritu retento rumpitur 108.d
puellę ſunt ex Platonis ſententia in gymnaſtica bellica exercendæ 24.d
puellæ pulcherrimę ſingulari certamine certabant 51.f
pugil qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 26.a
pugilatus ante bellum Troianum fuit in uſu.39.f. ſanitati parum confert 93.f
pugilatores quomodo certabant 40.a
pugilatus in gymnaſtica medica exiguum uſum habet 40.b
pugiles uocabantur ueri athletæ ſecundum Galenum 40.c
pulueribus in multis exercitationibus antiqui utebantur. & qua de cauſa 89.a
puluis vim habet emplaſticam ex Galen. ſententia 89.e
pugilatus nocumenta, quæ ſint 94.a.b
pugilatus fuit paruus uſus in gymnaſtica medica 94.c
pugnę nomen plura ſignificat 50.c
pugna, de qua hic auctor agit, quid eſſet. & quot eius ſpecies ex Oribaſii ſententia ibidem. & 105.c
pugna umbratilis quomodo fiebat. ibid.d. 73.d

pugna telorum quomodo fieret ibid.
pugna ſingularis quomodo fieret ibidem
pugnas ſingulares exercebant ſacerdotes in Pergamo Gal.tempore 51.a
pugna aduerſus palum quinam uterentur. 52.d. 105.c
pugna unibratilis ubi à Gal. laudetur. 52.e. 105.d
pugna armata à Demea inuenta eſt. 52.e. 105.c.e
pugnas ſingulares etiam Romani exercebant ibidem
pugna ſingularis rudibus armis facta à Mãtinaeis eſt inuenta 52.e
puluis in unctione quid praeſtaret. 12. d. & 89.e. unde portantur 13.a

Q

Quadrans erat merces balneatori data. 17.f
Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 78.e
Quadrigae in pub. ſacris ſaepe certauerunt. 60. d
Qualitar in corpore ex humorum optima generatione fit 69.e
Quartana laborantes uociferatio iuuat. 109.a
Quinquertio qui ſit ex Ariſto. ſententia. 26.a
Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes uehebantur 116.d

R

Rauenna Strabonis autoritate aerem ſalubrem habebat 28.a
Razis ſententia de uenatione. 67.a.119.e
Renes debiles laedit ſaltatio 90.f
Remediorum omnium natura eſt,ut pſint, & aliquid etiam offendant 95.e
Renibus malè affectis lucta nocet 93.b
Renum lapilli optimè ſaltatione extruduntur 90.f.97.c
Renum imbecillitate,uel feruore,uel ulcere affecti ſaltum uitent. 97. d. & deinceps. 98.e
Renum inflãmatione laborantes erecti ſtare non debent 103.e
Rhetores in palaeſtras ad diſputandum cõueniebant 9.b.c. 11.a
Res ratione finis uaria nomina ſortita ſunt. 74.b
Reſoluti Tral.ſententia lectica uti poſſunt, qua de cauſa 116.d
Reunctores in balneis qui eſſent 11.f. 23.d
Rigores ſaltatio arcet 90.e
Riſus quomodo fiat,& quid efficiat. 56.e.& 111.d
Romani poſtremi omniũ gymnaſia ad Graecorum imitationem ſtruxerunt 8.d
Romani ſuos milites & mari & terra exercebant 64.c
Romanorum mulieres Varronis teſtimonio in eodem loco cum uiris lauabantur. 18.c.d. oppoſitionem. 20.d
Rotae currum Homeri tempore ſtanno ornabantur 60.b
Ruffus Epheſius Romae ſub Traiano floruit 93.b
Ruſſati erant una factio Romana 58.f

S

Saltatoria exercitationis ſpecies, & eius diuiſio 31.b
Saltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta conſiſtit 36.e
Saltatio ſecũdum Simonidem eſt poeſis tacens 36.e
Saltatio uera à muſica ſecundum Plutarchũ deprauata eſt 36.e
Saltationis inuentor quis fuerit 36.e
Saltationũ diuerſa nomina unde ſint orta. 36.f.37.a.b
Saltationis finis 37.e
Saltationes ubi nam fierent 38.b
Saltationẽ antiq in cõuiuiis exercebãt. 38.c
Saltatio quaeq; antiquorum ordine, ratione, & proportione indigebat 90.c
Saltatio opportunè facta multas affert utilitates, eadem in opportunè adminiſtrata multa detrimenta homini praeſtat 90.d
Saltus utilitas, quae ſit Vegetii ſententia. 42.e. & 97.a
Saltus ꝓprie dictus duplici modo fit. 43.b. & eius effectus 97.b
Saltus multae ſunt ſpecies 97.b

Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 97.c
Saltus homo res ſuperfluos euacuat,& loco purgationis ac phlebotomiæ, Gal.authore,fieri poteſt. ſi quid ſit,quod ipſam impediat 97.d
Saltus factus, manibus aliquo pondere plenis,quid differat à ſaltu aliter facto. 97.e
Salſugo eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 3.c
Sanguinis miſtionem Eraſiſtratus e medicina auferebat 69.a
Sanguinis mictum aut fluxum quemlibet patientibus ſaltus obeſt. 97. & deambulatio 100 a
Sanguinis reiectio ſpiritu retento non curatur,& qua de cauſa 108.c
Sanitas in humorũ æqualitate conſeruatur. 69.e
Sanitas eiſdem remediis & amiſſa recuperatur,& præſens conſeruatur. Eraſi. ſententia.69.b.huius falſitas 70.a
Sanitati uoluptas eſt coniuncta 69.f
Sanitas cum aliqua moleſtia permanere poteſt 69.f
Sanitas in moderato calore naturali & commenſurato humido conſeruatur 69.b. 70.b
Sanitas quot modis conſideretur 75.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 70.a
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus ſe obligare debet 23.a
Satyriaſim lucta, Theodori Priſciani authoritate,ſanat 93.a
Scabioſis,qua de cauſa motus uehemens cõuenit 76.e
Scabioſis natatio marittima prodeſt 118.c
Sceltyrhis ægritudo Plinii ætate, ſe manifeſtauit 2.c
Scimpodium quid ſit 63.a.& 117.c
Scythæ omnes ferè ſemper equitatione utũtur 58.e
ſcythæ inuenerunt currus ſex rotarũ 60.b
ſcribonius Largus Claudii Imparatoris medicus ſcripſit neminem uſque ad ſua tempora aquæ formidine liberatum 2.c
ſcribonius Largus medicus tempore Tib. Caeſ. Romæ floruit 51.b
ſcrimia uul go ſic dicta quid nam apud antiquos eſſet 52.c
ſecundas ſaltus educit 97.c
ſella currulis unde ſit orta 61.f
ſella duplex apud antiquos fuit 61.f
ſella portatoria quid eſſet 61.f
ſella à lectica differebat 62.b.& 116.e
ſella tum cooperta tum non cooperta antiqui utebantur 116.f
ſemeri præcalidum emittentes haltere,Gal. authore curantur 98.a
ſeminis fluxum patiẽtes lædit ſaltatio. 91.a. & deambulatio 100.b
ſemitertiana febre laborantes in lectica decumbentes uehebantur 116.d
ſenes quonam modo ſecundum Gal. ſententiam debeant curari 76.f
ſenes uti debent laboribus conſuetis 77.e
ſenes pauciores & remisſiores exercitationes ſuſtinent 77.c
ſenibus exercendis quatuor. ſunt conſideranda 77.c
ſenectus quid ſit ex Ariſto.ſententia.ibidem
ſenſus lucta exacuit 93.a
ſepti dolore diuturno laborantes uociferatione liberantur 109.a
ſergius Orata balnea penſilia inuenit. 62.f
ſeuerus Impera. ſcimpodio uehebatur,dum Britaniam obiret 63.b
ſicci homines uel parum, uel nihil exerceri debent,& qua de cauſa 79.a
ſiccitas nimia exercitationes prohibet. 81.f
ſilentium ſitim , tusſim & ſingultum extinguit 111.b
ſilentium ſanguinis reiectioni conuenit. 111.b
ſilimachus medicus fuit Hippocra.ſectator. 115.d
ſingultus longa & concitata ambulatione comprimitur. 100. e. & ſpiritus cohibitione. 107. f. & uociferatione. 109.d. & ſilentio 111.b
ſyracuſani bis in die ſaturabantur 20.a
ſitis a ſilentio extinguitur 111.b
ſoclarus Epicuro aduerſatur circa coitum. 89.c
ſocrates ad ſanitatem conſeruandam , & robur acquirendum ſaltationẽ exercuit. 38.a

Socrates cantu ſe exercebat 110.b
Solutio dubitationis, quę ex Hip. fieri poteſt de gymnaſtica 4.b
Somni corpus ſanum conſeruant 3.c
Somni profundiores iis contingunt, qui ſe exercuerunt, & qua de cauſa 69.f
Somni profundi concoctionē meliorem efficiunt, & qua de cauſa 69.f
Somno capiuntur ſæpe intente ſpeculantes 49.d
Somnolenti cur ſint decolorati 79.a
Sotanus in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 88.e
Spartanorum mulieres veſtra cum viris in palæſtris ſe exercebant 10.d. & in balneis vnà cum viris lauabantur 18.b
Spaſmus cynicus curſu remouetur 95.d
Sphæriſterium gymnaſij pars quid eſſet, & quid in ipſa ageretur 14.a
Sphæriſticus quis nā eſſet, & eius onus 23.d
Sphæriſtica eſt ſaltationis ſpecies, & quid ſit & quis eam inuenerit 32.a
Spectatores ſubſellia ſibi ad ſpectandum ferebant 49.c
Spiratio numeroſa vnde fiat 96.a
Spiritus cohibitio quid faciat 53.f. eius ſpecies. 54.a. eius vtilitas. 107.d. quibus conueniat. 108.a. eius nocumenta. ibid.b
Splenis ægritudinibus ex Aetij ſententia curſus eſt vtilis 95.b.d
Spleneticos geſtatione Theodorus Priſcianus, & Aretæus curabane 115.d
Spurij apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 8.d
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 77.d.83.a
Spurinæ ſtudiū in ſanitate cōſeruanda 83.a
Sputa corpus exinaniune 3.c
Stadium eſt gymnaſij pars 19.e
Stare maiorem corpori laborē affert, quàm ambulare, & quare 49.a
Stare calcibus aut ſummis digitis innitendo nihil niſi moleſtiam affert 105.b
Stellas deficiētes in inſomnijs videntes quo modo ab Hip. curentur 96.d
Stephanio fuit inuentor togatæ ſaltationis 31.e
Stercora corpus exinaniunt 3.c
Stomachace ægritudo Plinij ætate noſtro orbi nota facta eſt 2.c
Stomachus in coquendo debilis à ſaltatione corroboratur 90.e
Stomachum frigidis morbis oppreſſum lucta curat. 93.a. & curſus 95.d
Stomachicos ſpiritu retento Cæl. Aure. curabat 108.b. & vociferatione 109.a. Aſclepia. geſtatione 115.d
Stomachi dolorem Theoderus Priſcianus, & Aretæus geſtatione curabant 115.d
Stomachi affectionibus curandis geſtatione Aetius vtebatur 116.b
Stomachicos natatio maritima iuuat 118.e
Strigiles balneorum quid eſſent, & ex qua materia fierent 12 a
Studia corpus conſeruant ſanum 3.c
Sudores corpus exinaniunt 3.c
Sudor eſt motu prouocandus, & qua de cauſa 82.a
Sudor ſine motu proueniēs deterior eo eſt, qui à labore prouenit 87.b
Sudor qua de cauſa manus exercentibus ex Ariſto. ſententia effluat 94.b
Suffuſi omnes colores rubeos iudicant. 100.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 116.a

T

Temporis duo ſunt genera, quæ ab authoribus medicinæ naturalia nominantur 81.d
Tempus accidentale quod nam à medicis nominetur 81.d
Temporum conſtitutiones in exercitandis corporibus, quæ ſint uitandæ 81.e
Tempus nubilum & obſcurum exercitationibus eſt ineptum ibidem
Tempus ſerenum & lucidum eſt exercitationibus aptum 81.f
Tepidarium in balneo quid eſſet 15.d
Tepidarium & laconicum non ſunt idem apud Vitruuium 15.f
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affuſa liberat 119.a
Themiſon in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 88.e
Themiſon medicus reprehenditur, qui atrophia laborantes longa ambulatione affligebat 100.e

Themiſon methodicorum princeps coxendicum dolore laborantes equitare iubebat 154.a
Theon Alexandrinus de athletica ſcripſit. 26.e
Theſpius poeta ſaltator cur ſit vocatus. 38.b
Theſſalus medicus Neronis ætate floruit 55.f
Theſſali qua de cauſa centauri ſint vocati 58.e
Tyberius Imp.ſcimpodio quandoq; vehebatur 63.b
Timonis auia duobus menſibus, ſingulis annis in cauernis latitabat 2.d
Tyrrheni ſub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 20.d
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabant 40.a
Titus Imp.lauabatur, vbi & plebs 10.b
Titus Imp.qua de cauſa ſit mortuus 17.d
Tonſillas patientibus lucta nocet 93.d
Thoracem haltere lædit. 98. a. b. & diſcus. 98.e
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo ſanatur 101.a
Thorax difficulter ſpirans deambulatione per accliue facta iuuatur ex Antylli ſententia 101.b
Tria erant Romæ loca, vbi litterariæ exercitationes fiebant, & quæ 9.f
Tryphon de athletica ſcripſit 26.e
Tripudia noſtra ſaltationibus antiquorum correſpondent & in quo ab illis differant 90.c
Trochus græcus quomodo factus eſſet nobis eſt ignotus 57.c.& latinus ibi.f.& quibus conueniat 112.d
Tubicinibus ſpiritu retento peritonæum rumpitur 108.d
Tumores laxos geſtatione Aetius curabat 116.b
Tuſsis ſicca, ſpiritu retento, curſu non in puluere facto curatur ex Celſi ſententia 95.c
Tuſsis à frigida cauſa orta ſpiritus cohibitione curatur 107.f
Tuſsis à ſilentio extinguitur 111.b

V

Valerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo prænonciante, fuerit cæcitate liberatus 2.a
Valetudinarij quomodo ſunt exercendi. 76.f.77.a.86.a
Vaſarium quid eſſet 16.d
Varices patientes ſaltum effugiant 97.d
Varicibus laborantes erecti ſtare non debent 103.e
Varices quomodo generentur. ibi.
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 60.b
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argento erant inſignita 60.b.115.e
Vehicula varijs rebus cooperiebatur 60.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 60.b
Venatio non ſolùm corpus, ſed & animam delectat. 66.d
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam eſt vtilis 66.f.& 67.b
Venationes tres ſunt ex Platonis ſententia 66.f
Venationis multæ ſunt ſpecies 67.d
Venatio quæ nam fuerit magis apta 67.e
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 67.e
Venatio multis inſtrumentis opus habet & in hoc à pila ex Gal. ſententia differt. 119.c
Venationis equeſtris vtilitas, quæ ſit, & quibus obſit 119.e.f
Venationis pedeſtris vtilitas, & nocumenta 120.a
Venatio eſt exercitatio & opus ex Gal.ſententia ibid.
Venæ aliquando à ſaltu valido rumpuntur.97.d.& à diſci exercitatione 98.e
Venenum cur toxicum ſic dictum 45.e
Venus conſeruat corpus ſanum 3.c
Veneti erant vna factio Romana 58.f
Ventres frigidos lucta curat. 93. a. & curſus 95.d
Vertiginoſos manuum geſticulatione curabat Aretæus 90.e
Vertiginoſos lædit ſaltatio 90.f. & pilæ luſus 91.d
Vertiginoſi luctam vitare debent. 93. d. & curſum circularem. 96. c. 100. f. & trochum 112.d
Vertiginoſos malè curabat Aretæus pugilatu.94. b. curabat etiam diſci exercitatione.

ſtione. 98.e
Vertiginoſa paſsio vnde oriatur. 100.f
Vertiginoſos geſtatione Gal.Tral. & Aet. curabant. 116.a
Veredus erat vehiculi ſpecies. 116.a
Veſicæ lapilli optimè ſaltatione extruduntur. 90.f.77.c
Viæ apud veteres græcos quæ ſint. 80.d
Vigiliæ ſanum corpus conſeruant. 3.c
Vigilia loborantes lectica vt poſſunt. 116.d
Viperarum morſibus tibiarum moduli proſunt, vt Gellius refert, ſe apud Theophraſtum inueniſſe. 110.a
Virgo fons tactu erat iucundiſsima. 19.b
Virgines ſecundum Platonem ſunt in gymnaſtica bellica exercendæ. 24.d
Viri tantum apud antiquos accumbebant, non mulieres. 20.d
Viri apud antiquos quo nam modo accumberent. 20.e
Viri nomine quid intelligat hic auctor. 85.b
Viri ſunt ferè omnibus motibus apti. 78.d
Viſus debilitati, & obſcuritati geſtatio retro uerſa facie facta, Auicen.authore, cõfert. 116.a
Vitruuius floruit ætate Cæſ.Au. 10.c. eius autoritas apud antiquos parua fuit.f.
Vlceribus quiete curandis ſtare & ſedere aduerſantur. 49.b
Vlceribus internis Cœl.& Cel.authoribus deambulatio remiſſa, & molliter facta prodeſt. 100.d
Vnctione qui nam vterentur. 11.e
Vnctionis materia quæ fuerit. 12.b
Vnctionis finis. 12.c
Vnctio poſt balnea quid preſtabat. 12.e
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, eſt inſertum. 12 f
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de cauſa. 89.a
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt inſtituta. 55.a
Vociferatio quo nam modo fieret. 56.a
Vociferationis finis eſt multiplex. 55.e
Vociferatio quid ſit, & quid efficiat. 54.e. 55.f.108.e
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare. 109.d.e
Vocis abſciſio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur. 56.e.d
Vocis ſpecies ſunt ſex. 108.e
Voci ex humiditate raucæ vociferatio ſuccurrit. 109.b
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel ſilẽtio malè habenti vociferatio ſubuenit. 109.b
Vox quomodo corrumpitur. 109.e
Vomentes vociferatione iuuantur. 109.a
Voracitas immenſa, ſeneca & Plutar. autoribus multas nouorum morborum ſpecies hominibus genuit. 2.b
Vrinæ corpus exinaniunt. 3.c
Vrinæ ardor ex curſu augetur. 96.b
Vtero conuulſo ambulatio calcibus incumbendo facta prodeſt. 101.e

X

Xyſtarea quis nam eſſet. 22.e
Xyſti & xyſta quid eſſent in gymaſio. 14.c

Z

Zoſimus libertus ſanguinem reiectans nauigatione liberatus eſt.64.a.& 117.f
ἁρπαστὸν qd ſit.32.e.35.e.eius vtilitas.92.c
ἀγύρτης mendicum. & erronem ſignificat. 44.f
ἀκροχειρίζεσθαι quid ſignificet.53.a. eius vtilitas. 106.d
Acrochiriſmus quomodo fieret. ibid.
ἀκροχειριστὴς quid ſit. ibid.
Acrochiriſmo celtæ vtebantur, ibi.b.73.d
Ἀλινδήθρα apud græcos quid ſit. 9.b
ἐκπλεθρίζειν quid ſignificet.53.b.73.d. eius vtilitas.106.e
πιτυλίζειν quid ſignificet.53.b.73.d.eius vtilitas.106.f. & infra.
πάτος quid ſit. 11.f.13.d
γυμνάζεσθαι vox eſt antiquiſsima, & denudari ſignificat. 8.a
γέλως unde dicatur. 111.d
κυνόσαργες gymnaſium Athenis quid fuerit. 8.c
ξυστὸς apud græcos quid ſit. 9.c
κονίσαλος quid ſit. 11.f.13.d
φαινίνδα quid ſit. 32.c

FINIS.



A taxat.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER PRIMVS.

De principijs Medicinæ.

Cap. I.

QVANDIV Homines paucillimis rebus conten-
ti lautas menſas, & opipara conuiuia non cogno
uerunt, propinationisq́; pòſt inductam paula-
tim conſuetudinem penitus ignorarunt (id qđ
primis illis ſæculis extitiſſe memoriæ proditum
B eſt) morbi neq; apparuerunt, neq; etiam eorum
nomina innotuerunt, ſicut vſq; ad tempora So-
cratis diſtillationum, quas Græci καταῤῥους di-
cunt nomen, quo nil hodie frequẽtius eſt, igno-
ratum eſſe tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinæ aut paucos 3. de Republi.
omnino, aut nullos vſus, nullaq́; principia extitiſſe certum eſt. quamquã
Homerus antiquiſſimus auctor ſcripſerit Ægyptum multas herbas, mul
taq́; medicamenta habuiſſe. Poſtquã verò intemperantiæ neſanda lues,
coquorum exquiſitæ artes, delicatiſſima epularum condimenta, viro-
rumq́; peregrinæ temperaturæ inter homines irrepſere, morborum ſi-
mul varia continuò genera ſuccreſcentia ad inueniendã medicinam eos
coegerunt, qua ſemper carere profectò licuiſſet, niſi humana, vel potiùs
ferina ingluuies omnium vitiorum ſoboles eius vſum omnium maximè
neceſſarium effeciſſet. Medicina verò tametſi primo illo ortu rudis ad-
modum, incultaq́; fuerit, quando priſci illi (vt Herodotus, & Galenus In lib. qui medic' inſcribitur.
C referunt) ægrotos palàm exponebant, vt vnuſquiſq; quod vtile, atq; ex-
perimentis comprobatum habebat, alterum edoceret: poſterioribus ta-
men ſæculis ab Æſculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos me-
dico mirificè exornata fuit, & quaſi ex ruſtica vrbana, & cõcinna reddi-
ta: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit quippe qui ſo-
lis morboſis, ac languentibus operam nauans id vnum ſemper curandi
ſtudium habuit: ſanorum curam aut vllam eſſe ignorauit, aut eam pror-
ſus contempſit: quod poſtea ſucceſſores illius intelligentes adeò exiſti-
matione dignam reputarunt, vt medicinam ſine hac totam mancam, nul
loq́; modo perfectam eſſe poſſe perſpexerint. Atq; hi fuere primi Hero-
dicus Selymbrianus, & Hippocrates eius diſcipulus, qui curatiuæ mor-
borum medicinæ cõſeruatoriam valetudinis partem ferè circa ſana dún-

taxat corpora ſatagentem addere viſi ſunt, arbitrantes non minus præclarum, atq; artificioſum opus eſſe ſanos homines a morbis præcauere, D
quàm illos iam implicitos liberare: vnde medicina, quæ antea ſemper quaſi virgo fuerat, prægnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius ſolis curãdis ægritudinibus, tum ſanis etiam conſeruandis præfecta eſt, An totam eam medicinæ partem, quæ & ad ſanos, & ad victus rationem pertinet ex tabellulis, alijsúe donatijs, Æſculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an verò ſolam in curãdis morbis verſantem clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atq; Plinius credidiſſe videtur, mihi plane compertum nõ eſt: niſi quod cum fuiſſet mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum eſſet, ſcribere: Iſque a primis illis temporibus vſque ad Antonini Imperatoris ætatem perdurauerit, vti præ cęteris ex tabella marmorea Romę in Æſculapij templo in inſula Tiberina inuenta, & vſq; ad hanc diem apud Maphæos conſeruata intelligere licet, in qua græcè hęc latino ſermone reddita leguntur

Lib. 19. cap. 1.

E

HISCE diebus Caio cuidam cæco oraculum reddidit, veniret ad ſacrum altare, & genua flecteret, a parte dextra veniret ad leuam, & poneret quinque digitos ſuper altare, & eleuaret manum, & poneret ſuper proprios oculos: & recte vidit populo præſente, & gratulante, quod grandia miracula fierent ſub Imperatore noſtro Antonino

LVCIO affecto lateris dolore, & deſperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commiſceret, & poneret ſupra latus, & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus eſt illi F

A *SANGVINEM reuomenti Iuliano deſperato ab omnibus hominibus ex oraculo reſpondit Deus, veniret, et ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies, & conualuit & viuens publice gratias egit præſente populo.*

VALERIO Apro militi cæco oraculum reddidit Deus, veniret & acciperet ſanguinem ex gallo albo admiſcens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus vteretur ſupra oculos & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo:

B Cum hęc inq̃ ita eſſent veriſimile ſit ſolam remediorũ cognitionem
potuiſſe ab Hippocrate inde excerpi, & ſub certis regulis, ac rationibus
conſtitutã ad artis formam prouectã eſſe: certus ſum tamẽ ſapientiſſimũ
ſenem non caſu vllo, nec fortuna, ſed diuiniſſimis illis, q̃bus pollebat in-
genij viribus, ac diſciplinis ſicuti cętera omnia, ita & hãc inueniſſe inuẽ-
tã excoluiſſe, necnon curatiuæ adiunxiſſe: In quibus medicinæ partibus
non ideo veteres illius parẽtes minorẽ laudem merẽtur, ꝙ plurimi fue-
rint morbi, quos nec ab ipſis cognitos, nec curandi eos modum indica-
tum eſſe conſtet; quoniam non veterum ignauia, aut rerum imperitia il
lud effecerunt, ſed potius infinita gulæ blandimenta, inexplebilis libi-
do, immenſaq́; voracitas, quibus, vt ſapienter diſputauit Seneca & poſt Epiſt. 96.
ipſum Plutarchus, nouæ morborum ſpecies genitæ ſunt, adhucq́; quoti 8. Sympos,
die gignuntur, quarum aliæ ſerò, alię nunquam medelam receperunt: ſic proh. ix.
namq; pueros, & mulieres poſt Hippocratis ætatem podagra exercere
C cœpit, ſic viuẽte Pompeio, atq; Aſclepiade aquæ formido, ſeu hydropho
bia Ariſtoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephãtiaſis Ægypto
familiaris ſeſe primò demonſtrarũt: adeoq́; tarde medelam receperunt,
vt Scribonius Largus, qui Claudij imperatoris tempore Romæ medicã
artem profeſſus eſt, ſcripſerit neminem ab hydrophobia vſq; ad tempo- Cap. 171.
ra ſua liberari viſum; & ſi Apuleius Celſus in Sicilia. vbi plurimi fiunt ra
bioſi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam compoſuiſſet, Lib. 2.
Barbarusúe quidam in Creta naufragio appulſus ſe eum Hyenæ pelle q̃d cap. 162.
Aetius quoque de alijs retulit curare gloriaretur; ſic Cornelij Celſi tem In proh.
peſtate quædam ex naturalibus partibus carne prolapſa, & arente intra
paucas horas expirauit vt nobiliſſimi medici neq; genus mali, neq; reme Lib. 25.
diũ inuenerint. Sic Plinij ætate mentagra, ſtomachace, & ſceltyrbis ęgri- cap. 3.

tudines noſtro orbi aduenæ natæ ſunt, ſic multis olim circa mare rubrū D ægrotantibus dracūculi quidam, vt Agatarchides apud Plutarchum retulit, parui crura atq; brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, muſculoſiſq; partibus ſeſe includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusúe pariebant, quod genus morbi ſe ab alijs audiuiſſe, ſed neq; naturam eius, neq; generationis rationē cognouiſſe fatetur Galenus. Sic quidam ab vrinæ difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam internodia habentem minxit. ſic Ephebus Athenis ſerpentem puſillum piloſum & plurimis pedibus ſtatim ambulantem multo cum ſemine eiecit: ſic Timonis Auiam duobus ſingulorum annorum mēſibus in Cilicia delituiſſe in cauernis, ſolaq; reſpiratione quòd viueret, cognitam eſſe traditur: ſic in Melonijs ſignum cuiuſdam affectionis hepaticæ deſcriptum eſt, qua quicunque occupabantur, domeſticos mures diligenter obſeruabant, ac proſequebantur. ſic Crateri medici ſeruus referente Porphyrio nouo quodā morbo captus fuit, ita vt carnes eius ab oſſibus abſcederent: ſic temporibus E noſtris execranda illa gallica, & pene exitialis lues vniuerſas regiones vexare cœpit: vt nullo pacto illud, quod vel poſteriorum hominum culpa, vel fortuna aut Deo ita volente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duæ iam prędictę medicinæ partes ad ſummam perfectionem prouectę fuerint, diuinis eius manibus immortales ſemper habendę ſunt gratię. Ampliusq; illud æternæ memorię mandandum, quòd ambæ medicinæ partes ſicuti diuerſæ reuera ſunt, pariter varia nomina habuerunt alteraque προφυλακτικὴ ſiue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit vocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam verſantur, acceptis, quæ quoniam ſapienter, atque verè deprompta fuerunt, nullam vnquam apud vllos mutationem ſuſceperūt: quemadmodum etiam vſq; ad poſteriora tempora hæc inueterata permanſit inter medicos conſuetudo, vt omnes duas medicinæ partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conſeruatiuam nuncupan F tes, quas ob id communi medicinę nomine plerunque comprehendūt, quoniam curatiua, quæ primo ob maiorem neceſſitatem inuenta fuit, id nomen adepta eſt, quod conſeruatiua quoque ei poſtremo adiuncta non modo obtinuit, verum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem adepta eſt, vt iudicauerint hanc ſolam medicinam veram appellari debere: illam incertam, falſam, meramúe hominum alios decipere ſtudentium impoſturam exiſtere, nēpe quæ nudis coniecturis infirmisue argumentis primò ad cognoſcendos morbos vtatur: deinde in ea ferè omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, vt plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando quam in curando non rarò fallantur, quos tamen in grauiſſimo errore verſari facilime cognoſcent, quicunque

Plutar. loco citato.

6. De locis affect.

Libro. 1. de abſtinētia ab. aīalib.

A quicunq; humanas calamitates morborumque incōmoditates, quales forēt, ni curatrix medicina ſuccurreret, ęquo animo æſtimare voluerint: quiúe hãc ab Imperatore Iuliano medicis latã legẽ contẽnere noluerint.

ΤΗ͂Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ » ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι » δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν » βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν » λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. »

In Epiſtol. græcis variorum.

ideſt Medicinę ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius vſus atteſtatur, & ideo hanc e cœlo delapſam philoſophi merito prædicant, ſiquidem cum naturæ noſtræ imbecillitas, tum morbi quotidie inciden-
B tes p hanc corrigant. Itaq; nos ſm iuſtitiæ rõnem ſuperioribus regibus conſona obſeruari præcipientes, humanitate noſtra mãdamus vos in reliquis temporibus ab omnibus ſenatorijs miniſterijs immunes viuere.

De conſeruatiuæ partibus, & quid tractandum. Cap. II.

CVm igitur duę ſint medicinæ partes vna curatiua, altera cōſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema hæc ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit in προφυλακτικὴν. morbos futuros, & imminentes auertentem, συντηρητικὴν, quę pręſentem ſanitatem tuetur, & ἀναληπτικὴν, à qua valetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtę, quamuis vltimò, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentę, nihilominus & ipſę tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum vix primi illi inuentores optare auſi forent, tum ob copiam eorum, quæ huic parti conſeruatiuæ adſerta ſunt, tum ob incredibilem vtilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quàm nunc præſtare viſa eſt: Ea porrò, quæ ad hanc partem
C conſtituendam à medicis excogitata atq; ordinata ſunt, quatuor nominibus comprehenduntur, quorum ſingula varias ac multiplices res ſub ſe complectuntur, tot namq; pręſidijs bonam valetudinem conſeruari poſſe a Galeno, ac alijs medicinę auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα, Quę enim exhibentur potulentis atq; eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorũ vſum habeant, finiuntur. Quę exinanitioni ſubſunt, ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, vrinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi conſtituuntur. Agenda verò exercitationibus, ſtudijs, vigilijs, ſomno, venere, ira, cura, lotionibus, cęteriſque eiuſdem generis comprehenduntur; vnde nulla res eſt, nullumúe auxilium, quod ad ſa-

nitatem defendendã cõducat, quin ſub aliquo prędictorũ quatuor gene D
rũ,quę totã conſeruatoriam artẽ quantitate,qualitate,& occaſione conuenientibus perficiunt,cõcludatur. Sed quoniam de omnibus ferè tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus,a quibus ars gymnaſtica apud veteres valde celebris conſtituta,& denominata fuit,aut nulla, aut quampauciſſima,& fortuito,confuſeq; tradita reperiuntur; ideo de his, deq; gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram,& forſan ab alio nunquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis quod Galenus hanc haud ignobiliſſimã conſeruatoriæ facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq; ferè teſtantur exercitationum artem,& ad auertendos futuros morbos,& ad cuſtodiendam pręſentem ſanitatem,& ad valetudinarios reficiendos (quę tres partes vniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem vtilitatẽ afferre; vt etiam nos vberrime demonſtraturi ſumus,vbi hęc omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res E
ipſa poſtulabit in hiſce libris declarabimus. Primo quid ſit gymnaſtica ipſa,quomodo,& quando inuenta,aucta,& perfecta: quot eius ſpecies, deinde quid exercitatio,quot genera,& quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremò quid ſit illa qualitas,quantitas, & occaſio, quibus hęc ars tantopere bonę valetudini cõſeruandæ conferat, Demum quę commoditates,quæue damna ab vnoquoq; exercitationum genere gymnaſticæ ſtudioſis expectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere ſpero,ꝙ in huiuſmodi tractatione deſiderari valeat:quã ideo vehementius oẽs valetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam hęc pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere videtur,quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus atque Auicenna celebratiſſimi medicinę ſcriptores ita prodiderunt,exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq; tam cibis q̃ medicamentis attenuantibus præſtare,quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi,quæ F
redundant,q̃ pariter & carne liquãda,& ſolidis extenuandis: hęc nãq; incommoda calidis attenuantibusq; medicamentis aſſociantur: exercitationes verò tantum ab eſt vt aliquid tale ſequatur, vt potius firmitas quædam membris accedat,cùm & naturalis ipſe calor accenditur, & ex partium inter ſe attritu ſoliditas quædam ac ἀναιάθεια comparatur: Iccirco non immeritò Athenienſes Apollini gymnaſium ſiue exercitationem conſecrarunt,ſignificãtes,quemadmodum auctor eſt Plutarchus, ab eo Deo,qui ſanitatem nobis largitur,etiam bonum habitũ, & robur donari: Neque etiam inconſultò fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes,laboresque corporis æſtimauit,vt Perſis,quos recte inſtituere ſemper incubuerat,quaſi legem dederit, ne ipſi inquam

2. d̃ tu.val. 3. Primi. doc.3.ca.1.

viij. Symp. prob.4.

Lib.viij.de Cyri Pædia.

ſine

A ſine labore cibum caperent, ratus valetudini atque fortitudini pe'rinde exercitationes neceſſarias eſſe, ac cibum, quas illud humanis corporibus præſtare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui ventilãdo purgant triticum paleas, ac ſpicas inanes flatu propellentes, purum autem fru- In Anacharſi.
ctum ſeparantes & accumulantes.

Quid ſit gymnaſtica & quotuplex. *Cap. III.*

QVatuor itaque exiſtentibus illis, quibus tota cõſeruandę ſanitatis facultas cõpletur, exercitatoriam quartę partis quandam partem eſſe nemo ſanus negarit: quandoquidẽ ſi exercitationes ſub agendis inter multa alia collocantur, quę pro quarta conſeruatorię parte a nobis declarata ſunt, gymnaſticam, quę de exercitationibus tota eſt, ad eam pertinere rationi conſentaneum eſt: & próinde negare nemo poteſt, quin ad eum, qui medicinam profitetur
B contra Eraſiſtratum, & alios gymnaſticam a medicina ſeiungẽtes, illam cognoſcere ſpectet, eo pręſertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro ſcriptum reperitur exercitationes, tot atque tãta ad vitam ſanam traducendam bona pręſtare, quot & quanta vix vlla alia medicinæ inſtrumenta pręſtant. Quod ſi Hippocrates in lib. de Locis in homine ſcripſit Gymnaſticam & medicinam contrarias eſſe, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, De ſola ea medicinę parte ſermonem habuit, quę in medendis decumbentibus clinice a poſterioribus vocata ſolum verſatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerũt duas eſſe circa corpus humanum verſantes artes medicinam, & gymnaſticam, nõ ob id, quemadmodum Eraſiſtratus & Sectatores, illas ſeiunxerunt, ſed cõmunem hominum loquẽdi vſum ſecuti ſunt, qui, quoniam poſterius gymnaſtica medicina inuenta, eiq; adnexa eſt, eas diuerſas nulla alia ratione ducti efficiebant. Cæterum quid ſit hęc ars exercitatoria gymnaſtica grę co nomine nũcupata, ab eius diffinitione, ſiue deſcriptione pe-
C teredebemus, quam etſi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, à nullo tamen alio quàm a Galeno noſtro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, vbi ita dixit ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστιν ἐπιστήμη τῆς In lib. ad
ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως hoc eſt, quod gymnaſtica eſt quę omniũ Thraſ.
exercitationũ facultates nouit, aut potius quod gymnaſtica ars eſt ſcientia potentię omnium exercitationum: quo in loco animaduertẽdum eſt Galenum ſcientiam non proprie, ſed cõmuniter, vt plerunque auctores ſolent, accepiſſe, propterea quod gymnaſtica cùm pro fine opus habeat, & ſcientię nullum opus conſiderent, neceſſariò a vera ſcientia excluditur; quãuis alioqui cauſas exercitationis virium ſæpiſſime contemplętur: eſt inſuper animaduertendum Galenum hac diffinitione gymnaſticam a pœdotribica diſtinxiſſe, quoniam illa tãquam imperatrix & exer-

citationum qualitates omnes, & earum cauſas ſpeculatur, imperatq; hæc veluti miniſtra illius exiſtit; perinde ac gymnaſta erat, qui omnium exercitationum, potentias probe noſcebat, easq; , prout ſanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuerſis hominibus imperabat: pædotriba verò qui eas, quomodo fieri deberent, & poſſent, re ipſa demonſtrabat; atque hoc ænigmaticè explicauit Polybus ſub his verbis παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν κλέπτειν ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα, , idest Pædotribæ hoc edocent præuaricari ſecundum leges iniuriam facere iuſtè, decipere, furari, rapere, vim inferre honeſtiſſimè, & turpiſſimè. Nam ſi quis luctatorum & aliorum qui à pædotribes edocebantur actiones æſtimet, liquidò cōſpiciet valde ijs aſſimilari, quæ à Polybo ſcripta ſunt, ſicq; gymnaſtam, & pædotribam non parum diſſimiles fuiſſe: verumtamen cum interdum vnus vtriuſq; munus impleret, non immeritò exiſtimauerunt aliqui has duas artes vnam, atque eandem eſſe, veluti nonnunquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas eſſe diſtinctas voluit, dum gymnaſticam vocari reſpectu habito ad ſolam exercitationis qualitatum notitiam, quæ operatione ipſa nobilior eſt; pædotribicam dici ob actum ipſum exercendi, vtpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac ſi dixiſſet alteram harum ſpeculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam eſſe, quæ omnes interdum vna gymnaſticæ appellatione à materia, circa quam verſantur, vt pharmaceutica, ſuſcepta vocarentur; ſicuti ſpeculatiua, & practica medicinæ partes vno medicinæ nomine ſæpenumero appellantur: ſed quod verè, ſicuti declarauimus, gymnaſtica talis ſit, gymnaſtaq; & pædotriba differrent, Ariſtotelis teſtimonio quoq; comprobare licet, qui in principio quarti politicorum hoc ſcriptum reliquit ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἔντι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστι θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μηθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστί, τὴν δύναμιν, idest in cunctis artibus, & ſcientijs, quæ non circa partem, ſed circa genus aliquod perfectè exiſtunt, vnius eſt conſiderare, quid cuiq; conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quæ ſit optima (Optime enim natura diſpoſito, & cui omnia ſuppeditant, optimam conuenire neceſſarium eſt) & quæ plurimis vna omnibus. Etenim hoc gymnaſticæ eſt: Præterea verò ſi quis non ex actum illum cupiat habitum & ſcientiam circa certamina, nihilominus

pædo-

A pædotribæ, & gymnaſtici eſt hanc potentiam præparare, quibus verbis clare ſatis patet, tum ab Ariſtotele gymnaſticam nuncupari ſcientiam eo ferme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnaſtam à pædotriba diſtingui. At ne illos, qui vtramque ſub vno gymnaſticæ nomine intelligunt, diffinitio lateat, quæ vtriuſque vim ſimul explanet, ita dicere poterimus Artem gymnaſticam eſſe facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq; varietates opere ipſo edocentem, vel gratia bonæ valetudinis conſeruandæ, vel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem eſſe finem non ſolùm vt plenam atque perfectam, quantum fieri poteſt, diffinitionem redderem, verum etiam vt hanc ſcientiam ab alijs, quæ ſimilem formam obtinent, differentem oſtenderem: Nam ludi omnes antiquorum tam Græcorum, quàm Romanorum, necnon etiam tota athletica ipſa, atque exercitationes gratia belli factæ circa omnes fere exercitationes verſantur, circa quas gymnaſtica medica, vt in ſequétibus ſum demóſtraturus, B quando in ſingulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnaſtica locum habuerint ſeparatim planum faciam, nihilominus magnopere inter ſe diſcrepant, cauſaq; talis differentiæ nulla alia exiſtit præter finem ſingularum, quo fine omnes facultates diſtingui ſcripſit Ariſtoteles: Nam ludorum finis erat religio quædam, qua Antiqui opinabantur ſeſe Dijs rem gratam illis ludis tanquam promiſſam facturos: erat quoque populi voluptas, cui maxime & Reſpub. & Reges, ac Imperatores ſtudebant, quò homines voluptate demulſi in officio continerentur: vnde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum eſſe ſcribit Plinius, vt dum eos inirent ſemper aſſurgi, etiam ab Senatu in more eſſet, necnon ſedendi ius in proximo Senatui, atque vacatio munerum omnium ipſis, patribusq; & auis paternis, quod tamen ſeruis, quando ille ſimiles ludos inibant, conceſſum fuiſſe minime credo. De his verò ludis quicunque aliquid cognoſcere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronenſis habebit, qui omnium diligentiſſime, vt eſt ipſe omnium ſæculi noſtri in hiſtorijs longe verſatiſſimus, hãc materiã tractauit: Athletica finem habuit robur, vt illius vi poſſet athleta aduerſarium ſuperare, & coronam præmiaque propoſita conſequi: quamuis etiam apud Græcos, & Latinos nonnunquam athletæ vocati ſunt, tam illi qui in ludis, quàm qui extra ludos præmij gratia certabant, quos omnes ſub nomine vitioſæ gymnaſticæ (de qua inferius loquemur) Galenus complexus eſt: Cæterum qui gratia belli exercitationes prædictas obibant, id non ob aliud agebant, niſi quò agilitatem, ac peritiam compararent, quibus poſtea cùm oportebat, hoſtes in pugna vincere poſſent: atque harum exercitationum diſciplina vſque adeo ſeuerè apud maiores ſeruabatur, vt eius doctores duplicibus, quod ſcribit Ve- C

Lib. xvj. cap. 4.

getius,

Lib. j. de re mili. ca. 13. gętius, remunerarentur annonis, & qui parum in illa profeciſſent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam ſub præſentia præfecti tribunorum, uel principum experimentis datis oſtendiſſent ſe omnes militiæ exercitationes compleſſe. Ex quibus omnibus manifeſtum eſt gymnaſticam noſtram à prædictis differentem eſſe, & ideo ſumma cum ratione à nobis in illius diffinitione poſitum finem fuiſſe, qui eſt gratia ſanitatis tuendæ, & boni corporis habitus comparandi. Quòd verò exercitationum omnium tres prædicti fines, à quibus tria gymnaſticæ genera orta ſunt, apud veteres extiterint, atque omnes in vnum publicæ fęlicitatis finem relati ſint, abunde declarauit Solon apud Lucianum in Anácharſi dialogo, vt vna illius oratione, tota hæc ſententia noſtra haberi rata mereretur, niſi Platonis & aliorum inferius explicanda teſtimonia accederent. D

De gymnaſticæ ſubiecto, & eius laudibus. Cap. IIII. E

CVm iam gymnaſticam, quid ſit, ſatis (ni fallor) explicuerimus: eamque ab affinibus facultatibus ſeiunxerimus, reliquum eſt ſubiectum illius, quale ſit, conſiderare: nam ſicuti nulla reperitur ars, ſiue illa ſit architectonica, ſiue ei ſubiecta, quæ finem operationum ſuarum aliquem non habeat, pariter nulla eſt, cuius ſubiectum aliquod non liceat proprium aſſignare, circa quod tota illius operatio verſetur: & quamuis idem ſubiectum ſæpenumero plurium artium eſſe videatur, ſi tamen res exactè perpendatur, cunctarum ſubiecta artium finibus ipſis inter ſe diſtingui apparebit, eo quod idem ſanè aliquo pacto, ſed ſub varijs conditionibus, atque proprietatibus ab vnaquaque conſideratur: ita namque fit, vt corpus humanum, quod pluribus artibus, atque diſciplinis re vera ſubijcitur, tali pacto ab vna conſideratur, quod non ab alia: ſiquidem prout naturale, atque mobile exiſtit, Phyſicus illud contemplatur, prout ſanitatis, vel morbi capax Medico ſubijcitur, prout ἑυεκτον, id eſt boni habitus ſuſceptibile à gymnaſtica, ſiue conſeruatoria, quæ medicinæ ſubijcitur, & de qua nobis futurus eſt ſermo, conſideratur: Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumque & ſanitatem cōſeruare in ſeipſo natum eſt, gymnaſticæ ſubiectum eſſe diffinimus, quemadmodū etiam Galenus in libello illo ad Thraſibulum ſcripto luculentiſſime declarauit: neque propter hoc inferendum eſt illum ſibi ipſi contraria dicere, quum aliàs gymnaſticam à medicina ſeiungi debere voluerit, propterea quòd voluit gymnaſticā medicinę quidem partem eſſe, ita tamen quòd veluti pars à ſuo toto aliquo modo ſeiungitur, ſimiliter gymnaſtica à medicina diſtinguatur; medicina enim ſanitatem, atq; morbum in corpore F

pore

A pore humano cõſiderans alterum expellere, alteram comparare, & conſeruare nititur: at gymnaſtica in corpore ſano bonum habitum generare, eumque tanquam ſanitatis vel partem, vel cauſam conſeruantem retinere conatur, & ob id tanta fuit apud veteres huius exiſtimatio, vt Plato, atque Ariſtoteles (ne alios quamplures recenſeam) eam rempub. haud optimam eſſe poſſe cenſuerint, in qua talis ars deſideraretur, nec immeritò quidem, quoniam ſi animi ſemper habenda eſt cura, neque ille abſque corporis auxilio quicquam graue, aut dignum efficere valet: ita profectò ſtudendum eſt corporis ſalubritati, bonoque habitui, vt & animo inſeruire. & eius operationes nequaquam impedire, ſed adiuuare poſſit: Quantum porrò ars gymnaſtica ad hunc habitum adipiſcendum, ſanitatemque tum conſeruandam tum etiam reparandam conferat, vt Platonis, & Ariſtotelis certiſſima teſtimonia prætercam, vnum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum
B habitum reuocaſſe, & innumeros item alios ne in morbos laberentur, ſola gymnaſtica conſeruaſſe gloriatus eſt, vt nullo pacto nobis mirandũ ſit, quod maiores noſtri vſque adeo corporis exercitationes æſtimauerint, vt non tantùm publica, eaque præclariſſima exercendis corporibus loca qualia gymnaſia, & Romanæ thermæ fuerunt extruxerint, verumetiam in quibuſuis fere priuatis ædibus exercitationibus locus aliquis in id deſignaretur, & quotidie in vſu eſſet.

Quo tempore, & quo pacto cœperit gymnaſtica. Cap. V.

QVamuis Galenus medicorum omnium poſt Hippocratem princeps eius ſententiæ fuerit, quòd gymnaſtica ars Homeri tempore nondum reperta eſſet, ſed ſolummodo paulò ante Platonis tempora principium habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipſomet Poeta deſcripto ſemina quædam illius iacta fuiſſe,
C quaſique primordia eluxiſſe veriſimile videtur, niſi quoque fateamur potuiſſe faciliter multo prius extitiſſe, verùm aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artiſque formam redactam eſſe, aut ſcriptores, qui illam ab interitu, & obliuione vindicarent non habuiſſe, id quod credere non eſt penitus abſonum, ſi quod alibi Galenus ſcriptum reliquit, verum eſſe non negamus, cunctos homines ad muſicam, atque gymnaſticam propenſos naſci, nec quicquam reperiri, quod corpus, atque animum hiſce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Aſclepiadas iniuſtos omnium exercitationũ & æſtimatores, & damnatores, vt his rationibus gymnaſticam naturalem homini eſſe, & iccirco ſemper extitiſſe perſuaſum habere deceat. Primo de tu.ualet.
Porrò quòd Homeri tempore artis gymnaſticæ principia quædam extiterint,

terint, facilè illi intelligere potuerunt, qui poetæ libros lectitantes animaduerterint milites Græcos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quę poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & vigeſimotertio Odiſſeæ frequenter legitur: ſed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quæ Plutarchus in quinto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, vbi tradit, quòd certamina prius ſimplicia fuerunt, in quibus ſolum modo victoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia res tranſlata fuit, quando Deo ſacra facturi, populumq; ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quę à ſacrificijs demum ad gymnaſia paulatim fuiſſe introducta exiſtimo, quòd primis illis temporibus, dum homines temperatam vitam traducerent, perpetuaq; ſanitate fruerentur, illud vnum ſtudium habebāt, vt ad bella peragenda, hoſteſque ſuperandos aptiſſimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam victoribus præmia ponebantur, quò & illorum voluptate allecti, & ſpe præmiorum inflammati libentius, atque accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit. D E

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισί θ'

ideſt *At gentes in littore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe
Mittentes

Et vigeſimotertio.

αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔκφερ' ἄεθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον.

ideſt *Sed Achilles*
Illic detinuit populum, magnumq; locauit
Certamen, Nauibus hæc præmia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebeteſq; & fortia boum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Fœminea accinctis, & albi pondera ferri. F

Ex quibus & ſequentibus omnibus ſatis perſpicuum eſt primis illis ſeculis exercitationum finem fuiſſe tum delectationem quandam, & præmia conſequendi ſpem, tum ad bellorum, hoſtiumque victoriam obtinendam

A nendam agilitatem, atque peritiam. Poſt ea tempora cum Deorum cultus, & ſacrificiorum celebrationes excreſcere cœpiſſent, vt homines ad illas confluentes alacrius, & libentius concurrerent, hæ exercitationes in Deorum celebritatibus inſtitutæ ſunt, vbi & Dijs, & hominibus gratæ reputabantur, fiebantq́; , & ne exercitatores deſiderarentur, præmia, quæ homines ad quiduis audendum incitare ſolent, ſtatuebantur ipſis certaminibus optatiora, atque præſtantiora, ſicut innuit Ariſtoteles: in his exercitationibus. quoniam homines præmiorum gratia dúntaxat certabant, quæ ἆθλα Græcis dicuntur, exercitatores ἀθλῆται nuncupati fuerũt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, vt Erotianus tradit & à Latinis Athletæ, apud quos certamen ipſum ludi nomen obtinuit, quòd non ſolùm in Deorum feſtis: verumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra inſtituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuſcemodi certamina peragebantur, ſicuti quoque & apud Græcos ἆθλοι. In 3. ptic. prob. 8.

B Nam Olympia Piſis, ſiue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Iſthmia in Iſthmo ipſo, Pithia Delphis apud eos talia fuerunt, quales apud Romanos ludi Capitolini, ſeculares, & alij huiuſcemodi, in quibus omnibus præter præmia: ita etiam victoribus magni honores conſtituebantur, vti nõ modò in conuentu ſtantes cum palma & corona laudes ferrent: ſed etiã (vtor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in ſuas ciuitates cum victoria triumphãtes quadrigis in mœnia, & in patrias inueherentur, æreq; pub. perpetua vota conſtitutis vectigalibus fruerentur: at de his cũ non ſit nobis loquendum, ad rem noſtram reuertamur. Dum itaque vita hominum parca fuit, hi ſoli exercitationum fines extitere: verum enimuero creſcente luxu, multiſq́; à longa valetudine detentis tandem ad reparandam ſanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumq́ue habitum comparandum exercitationes inſtitui cœptæ ſunt, quod fuit paulò ante Hippocratis ætatem, quando Herodius ille (vt ſcribit Plato) gymnaſticam, quæ prius in ſacrificijs, atque ludis: necnon in bellicis exercitatio- Tertio de repub.

C nibus ſolùm auctoritatem, atque locum habebat, medicinæ adiunxit: quod mea ſententia nil aliud fuit, niſi certamina illa & exercitationes, quæ ſolùm pro coronis & præmijs ac militari diſciplina aſſequendis: necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in vſu erant, ad ſanitatis conſeruandæ, & boni habitus acquirendi finem traducere, quas poſtea exercitationes cum primi illi, atque etiam poſteriores gymnaſtæ à medicis & philoſophis, vt veriſimile eſt moniti mirum in modum corporibus conferre didiciſſent, alia moderantes, alia addentes, necnon à publicis ad particulares & propria loca transferentes, tandem regulis quibuſdam præceptis, ac terminis concluſerunt, atque ita artem totam pepererunt γυμνασικὴν vocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, ideſt ab exercendo, quaſi nullus alius finis eſſet, quàm ob habitum corporis bonum

obtinen-

obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quo- D
modo ars gymnaſtica principium, incrementa, & ſtatum: necnon quo
tempore ſuſceperit. Si quidem primùm in bello Troiano dum milites
Græci in harenam ex nauibus deſcendentes (vnde pòſt emanaſſe prouer
bium in harenam deſcendere opinor) inter ſe certantes ad bellum exer-
cebantur tunc apparere cœpit, artiſque agoniſticæ, & gymnicæ nomen
etiam accepit. Poſtea ad ſacrificia & hominum voluptates traducta non
modò prædicta nomina retinuit: ſed etiam athleticæ appellationem con-
ſequuta eſt, & apud Galenum vitioſa gymnaſtica nominata fuit. Demũ
ad gymnaſia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium ſanitate
tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & ſub normis concluſa
gymnaſticæ veræ nomẽ promeruit, quod ante Plauti tempora fuit apud
quem Atticus ille iuuenis Philolaches, ita loquitur: Cor dolet mihi, quẽ
ſcio nunc vt ſum, atque vt fui olim, quo neque induſtrior de iuuentute
erat arte gymnaſtica, diſco, haſtis, pila, curſu, armis, equo. Verum enim- E
In ſecundo de re ruſt. in prohe.
uero hæc ars (vt teſtatum reliquit Marcus Varro) apud Græcos ſolum in
vſu viguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura fœcundiſſimos
agros habuerunt, & ipſi valetudine firmiores extiterunt: ſed poſtquàm
creſcente deſidia in oppidis otiari, quàm ruri laborare maluerunt, Græ-
corum vrbana gymnaſia ita frequentiſſima extulerunt, vt idem Varro
conqueſtus ſit ſuo tempore vix ſingula ſatis fuiſſe, quę profectò dum Ro
ma ſub Imperatoribus floruit, omnium maxima & ſpecioſiſſima fuerãt:
at deinceps Romano Imperio declinante cæteriſque in peius ruentibus
vna etiam deſtructa fuerunt, & ſimul cum ipſis ars non paruam iactu-
ram paſſa fuit, quam à Varronis temporibus vſque ad Imperij Romani
inclinationem in frequentiſſimo vſu habitam fuiſſe quiſque intelligere
poteſt, qui omnes medicos ea ætate Romæ æſtimatos paſſim in morbis
curandis & ſanis conſeruandis exercitatoriam artem adhibuiſſe ab eo-
Lib. 3. Sympo. prob. 6. Lib. xiiij. cap. 22.
rum, quæ ſuperſunt, ſcriptis obſeruarit, aut qui Plutarchum omnes ſua
ætate exercitationibus occupatos fuiſſe ſcribentem lectitarit, quanquam F
Plinius nõ omnes exercitationes tunc honeſti vſus gratia inuectas fuiſ-
ſe, ſed nonnullas & peregrinas præſertim ad exercitandam ſitim quæſi-
tas eſſe prædicat.

De gymnaſijs Antiquorum. Cap. VI.

GYmnaſticam, ſiue exercitatoriam in certis locis fieri ſolitam, quoniam ſupra ſtatuimus, rationi modò cõſentaneum eſt, quid loca ipſa, & qualia forent, planum facere: Nam loca illa nil aliud fuiſſe, quàm gymnaſia nuncupata ex multis, & pręſertim ex verbis Galeni in ſecundo de tu. val. ſcriptis manifeſtò compro-

proba-

A probatur, vbi narrat gymnaſium fuiſſe publicum in ſeparata vrbis regio
ne locum extructum, in quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, di-
ſcum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quæ loca ita nuncupata
fuerunt, quoniam exercitatores ibi, vt plurimum denudabantur *γυμ-
νάζεσθαι* enim antiquiſſima vox etiam denudari ſignificare videtur, vn-
de Martialis libro tertio.

Gymnaſium, Thermæ, ſtadium eſt hac parte, recede
Exuimur, nudos parce videre viros.

Quamuis etiam quandoque ſub nomine gymnaſij omnem locum, vbi
exercerentur compræhenſum fuiſſe reperiatur: ſicut poſtea hæc vox ad
alia quoque tranſlata eſt, quemadmodum apud Ioſephum videre licet,
qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnaſia núcupata eſſe
demonſtrat, vbi de Herode ita loquitur. Namq; apud Tripolim, & Da- „
maſcum, & Ptolemaidem publicas balneas, quæ gymnaſia dicuntur, Bi- „
B blide autem exedras porticus condidit: Hæc loca à Vitruuio, Celſo, Pli- „
nio, atque alijs Latinæ linguæ auctoribus palæſtras nuncupari inuenio:
Vnde etiam conijcio Vitruuij tempeſtate in Italia, uel raras admodum,
vel nullas extitiſſe palæſtras, ſiue gymnaſia, quandoquidem is libro ar-
chitecturn v. earum ædificationes traditurus Italicæ conſuetudinis non
fuiſſe prædicit: Nam qui primi gymnaſia exædificaſſe creduntur, fuerút
Græci, ſi credendum eſt Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni,
qui in ſecundo de Oratore ſcribit gymnaſia delectationis, & exercitatio-
nis gratia ab ipſis primùm inſtituta fuiſſe. Inter Græcos autem primi ex-
titerunt Lacedæmones, ſicut Athenæus ex Ippaſi ſententia, & Plato in
Theæt. & primo de legibus memoriæ prodiderunt, quos etiam illa ipſa In Anachar. dial.
omnium præſtantiſſima, atque ſpecioſiſſima conſtruxiſſe ex Martialis li-
bro primo intelligere licet, vbi hos verſus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas
C *Aut claram Rhodon, aut libidinoſæ*
Ledæas Lacedæmonis palæſtras.

Quomodo verò Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam deſcri-
bit, quam nouem millium annorú interuallo ab ætate ſua antè floruiſſe
narrat, ibi gymnaſia extaſſe ſcribat, qui Lacedæmonum inuentum illa
facit, exactè diſcernere nequeo, niſi totam illam Critiæ narrationem fa-
buloſam credamus. Poſt Lacedæmonios Athenienſes quoque ſua gym-
naſia erexerunt, in quorum ciuitate tria extitiſſe teſtantur Pauſanias, &
Suidas alterum *ἀκαδημίαν* vocatum, in quo Plato philoſophiam ſuam In Anachar. dial.
profeſſus eſt; alterum *λύκειον*, vbi Ariſtoteles edocuit, quod Apollinis
Lycij templum fuiſſe legitur apud Lucianum, alterum *κυνόσαργες*, vbi
nothi, ſpurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: ſi quidem apud Græ-

cos

eos tanto odio, tantaque infamia viles, ac ſpurij notabantur, vt qui verè D
legitimi, ac nobiles eſſent, cum ijs conſuetudinem, aut communem ſeſe
exercendi locum habere recuſarent: præter hæc tria mentionem facit
alterius quod Canopum vocat, Philoſtratus in vita Herodis Attici. Dixi
in ciuitate Athenienſium tria fuiſſe gymnaſia, quod licet extra vrbem eſ-
ſent: erant tamen haud longe ædificata, vt quæ prope valde forent ciui-
tati in ea fuiſſe dici potuerit. In his etenim mortuos quoque ſepeliendi
4. Epiſt. fa-
mi. epiſt. 12 conſuetudinem Græcos habuiſſe ſcriptum eſt apud Ciceronem cui Ser-
uius ſe Marcellum interfectum in Academia Athenienſium nobiliſſimo
totius orbis gymnaſio ſepeliuiſſe ſcribit, Corynthum quoque gymna-
ſium habuiſſe Craneum vocatum auctor eſt Laertius libro tertio. Roma
In libro de
antiqs no-
minibus. ni poſtremi omnium gymnaſia palæſtras vocata in vrbe ad Græcorum
æmulationem Varrone auctore ędificare cœperunt: quos tamen cæte-
ros quoſcunque tum magnificentia operum, tum inęſtimabili pulchri-
tudine in hoc genere anteceſſiſſe ex illis Thermarum ruinis, quæ ad hāc E
vſque diem non ſine omnium ſtupore perdurantia conſpiciuntur, faci-
le conuincitur, ne ſileam illud, quod de Neronis gymnaſio ſcripſit Mar-
tialis libro ſeptimo.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnaſia tota aliquādo Thermas ob aquæ calidæ vſum ibi frequen-
tem nuncupari apud auctores Latinæ linguæ nemo dubitat, ſicut etiam
interdum Thermę ſignificant eam gymnaſij partem, in qua lauaban-
tur, vbi propnigeum, laconicum, & calda lauatio ſitę erant, vt ex multis
auctorum teſtimonijs: & pręſertim ex Martialis verſibus nuper citatis
clarè perſpicitur. Gymnaſium, thermæ, ſtadium eſt hac parte. His omni-
bus poteſt iam vnicuique perſuaſum eſſe, quantùm in errore verſatus
ſit (inuitus fateor) Blondus Foroliuienſis conciuis meus, qui in ſecundo
Romæ inſtauratę commentario thermas ſolum ad lauandi vſus inſtitu-
tas fuiſſe ſcripſit. Porrò ne quis forſan admiratione capiatur, quod dixe- F
rim Platonem, atque Ariſtotelem in gymnaſijs philoſophari conſueuiſ-
ſe; ſcire debet in huiuſcemodi locis varia hominum genera conuenire
ſolita fuiſſe, quæ omnia in ſequenti capite à nobis ſigillatim demonſtra-
buntur: tanta enim erat huiuſcemodi locorum capacitas, tamq; ſpatio-
ſa amplitudo, vt abſque vllo impedimento diuerſæ, ac ferè innumeræ
exercitationes & corporum & animorum peragi poſſent, quemadmo-
dum ex Vitruuij allata deſcriptione, quam hic expreſſam damus, perſpi
cere ciuius licebit, quæ tametſi vulgato, atque deprauato Vitruuij con-
textui vſquequaque non correſpōdeat: ipſam tamen Octauius Pantha-
gathus vir ętate noſtra tum ob ſummam eruditionem, tum ob acerrimū
iudicium, tum ob ſingularem probitatem nemini ſecūdus, ita expri-
mendam.

A mendam grauibus rationibus ductus iudicauit. Qui etiam cum Vitruuij contextum emendare conatus ſit, illum ipſum emendatum hic proponere volui, vt valeant eruditi palæſtræ faciem ex litera recognoſcere, ſimulq́; iudicare, quàm verè ſingulariſſimus vir cęteros omnes, qui antea Vitruuium interpretati ſunt, in hac admodum difficili palæſtræ notitia anteceſſerit.

De Palæſtrarum ædificatione, & xyſtis Vitruuij Contextus ex lib. V.

B NVNC mihi videtur tametſi non ſint Italicæ conſuetudinis, Palæſtrarum ædificationes tradere explicatè, & queamdmodum apud Græcos conſtituantur, monſtrare. In Palęſtris periſtylia quadrata, ſiue oblonga ita ſunt facienda, vti duorum ſtadiorum habeant ambulationis circumitionem, quod Græci vocant δίαυλον, ex quibus tres porticus ſimplices diſponantur, quartaque quæ ad meridianas regiones eſt conuerſa duplex, vti cum tempeſtates ventoſæ ſint, non poſſit aſpergo in interiorem partem peruenire: conſtituantur autem in tribus porticibus exedrę ſpatioſæ habentes ſedes, in quibus Philoſophi, Rhetoresq́; ac reliqui, qui ſtudijs delectentur, ſedentes diſputare poſſint; in duplici autem porticu collocentur hæc membra Ephębęum, in medio, hoc autem eſt exedra ampliſſima, tertia parte longior, quàm lata, ſub dextro coriceum, deinde Elæotheſium, proximè Coniſterium in verſura porticus: ad ſiniſtram Ephæbei frigida lauatio, quam Græci λοῦτρον vocitant: Proximè autem frigidarium ab eoq́ue iter in propnigeum in verſura porticus: proximè autem introrſus è regione frigidarij collocetur concamerata ſudatio longitudine duplex, quàm latitudine, quę habeat
C in verſuris ex vna parte laconicum ad eundem modum, vti ſupraſcriptũ eſt, compoſitum; ex aduerſo laconici caldam lauationem: In palæſtra periſtylia, quemadmodum ſupraſcriptum eſt, ita debent eſſe perfectè diſtributa: Extra autem diſponantur porticus tres, vna ex palęſtra exeuntibus, duę dextra ac ſiniſtra ſtadiatæ, ex quibus quæ ſpectauerit ad Septentrionem perficiatur duplex, ampliſſima latitudine: Altera ſimplex ita facta, vti in partibus quæ fuerint circa parietes, & quæ erunt ad columnas, habeat margines vti ſemitas non minus pedum denum, mediumq́; excauatum, vti gradus ſint in deſcenſu à marginibus ad planitiem ſexquipedem, quæ planities ſit non minus pedes duodecim; ita qui veſtiti ambulauerint circum in marginibus non impediantur ab vnctis ſe exercẽtibus: hæc autem porticus Ξυστὸς apud Græcos vocitatur, quòd

athletę per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur: faciunda autem D
xyſta ſic videntur, vt ſint inter duas porticus ſiluæ, aut platanones, & in
his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſta
tiones: proximè autem xyſtum, tum aut Platanonem deſignentur Hy-
pæthræ ambulationes, quas Græci περιδρομίδας noſtris xyſta appellant:
poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, vt poſſint hominum copię cū
laxamento athletas certantes ſpectare, in quod per hyemem ex xyſto ſe-
reno cœlo athletæ prodeuntes exercentur, quæ in mœnibus neceſſaria
videbantur eſſe, vt aptè diſponantur perſcripſi.

De varijs hominum generibus, quæ in gymnaſijs conueniebant. Cap. VII.

TAnta, adeoque varia hominum in gymnaſijs conuerſantium
10.meth. erat multitudo, vt referēte Galeno, ſæpenumero inter ipſos
contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, E
Epiſt. 57. & inſuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, cōtinuè
exaudiretur: ſed ne ſingulos enarrando nimis à propoſito recedam, prę
cipua quędam ipſorum genera perſequar. Primum itaque genus in gym
naſijs conuerſantium erant Philoſophi, Rhetores, reliquiúe, qui ſtudijs
delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter ſeq; diſputabant, ſi-
cuti Iuuenalis his verſibus demonſtrat, quibus Rhetoris & pręceptoris
conditiones exponit

Sed vos ſæuas imponite leges
Vt præceptori verborum regula conſtet
Vt legat hiſtorias, auctores nouerit omnes,
Saty. 7. *Tanquam vngues, digitoſq; ſuos, vt forte rogatus*
Dum petit, aut thermas, aut Phœbi balnea dicat
Nutricem Anchiſæ nomen, patriamq; Nouercæ.

13. Meth. Et ſicuti etiam Galeni teſtimonio comprobatur, qui Theagenis cuiuſdā
philoſophi Cynici in Traiani gymnaſio quotidie publicè diſputātis men F
tionem facit: Tria enim fuiſſe Romæ loca in quibus literariæ exercitatio
In lib. de li- nes obirentur ex varijs Galeni libris cognoſcitur, templum pacis ante-
bris ꝓprijs quam conflagraret, gymnaſia publica, & ἀκουστήρια: Alterum genus
erat Adoleſcentes, qui vt exercitationum obſeruationes, atque modos
addiſcerent, ad gymnaſia accedebant, vbi à gymnaſtis ipſis quaſcunque
cupiebant exercitationes, edocebantur; Adoleſcentes liberos palæſtram
ediſcere ſolitos fuiſſe facilè conuincitur ex illis Parmenonis apud Teren
In Eunu- tium verbis, quibus ille Cheream ſub forma Eunuchi Thaidi offerens
cho. ait, fac periculum in literis, fac in palęſtra, in muſicis, quæ liberum ſcire
» ęquum eſt adoleſcentem, ſolertem dabo id quod clarius infra demon-
» ſtrabo. Tertium genus erant Athletę qui ibi ſe exercebant, vt in publicis
ludis,

A ludis,ſeu in ſacris certaminibus poſſent & populum delectare, necnon victoria ac præmijs potiri,& quod hoc fuerit præter Vitruuij auctoritatem Suetonius clariſſime demonſtrat dum reffert Nerouem quandoq; gymnaſium ingredi ſolitum, vt certantes athletas ſpectaret. Quartum genus erant omnes illi ſiue nobiles,ſiue ignobiles, qui vel militaris diſciplinæ,& fortitudinis, vel tuendæ ſanitatis, & boni habitus comparandi gratia varijs exercitationum generibus incumbebant, atque inter hos Galenum noſtrum numerare poſſumus, cum ſcribat ſe anno no ætatis ſuæ trigeſimo quinto paſſum fuiſſe luxationem ſummi humeri in palæſtra.Quintum genus erat eorum,qui fricabãtur, licet enim frictiones fierent a multis ante reliquas exercitationes,nihilominus multi quoq; ſine vlla exercitatione ſeorſum ab alijs, vt de Veſpaſiano tradit Suetonius ſolum fricabantur,quod intelligi poteſt ex Galeno frictionẽ ad exercitationes præparatoriam a reliquis diſtinguente. Sextum genus B erant,qui lauabantur,atque hi erant tum nobiles,tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat,quod diuites,atq; primates labra,& colymbithras proprias in cellis alioqui communibus habebant,vbi ſoli diuerſis temporibus lauabantur,multi erãt qui etiam ſolia vel lignea,vel argentea (quod recitat Plinius) ſecum ferrent,ne pedes nudos collocarent vbi viliſſimi quiq; ponebant,quamuis etiam referant nonnulli Hadrianum imperatorem lauari ſolitum,vbi plebs lauabatur quod & Titum Cæſar. feciſſe ſcribit Suetonius.Qui verò dúntaxat vngerentur nulli in gymnaſijs reperiebantur,quoniam vel exercitationum vel balnearum gratia vngebantur.Ab his poſtremò omnibus non pauci ſpectatores (ne miniſtros, de quibus infra loquemur,nunc recenſeam) in gymnaſijs conueniebãt, qui non ob aliud,niſi ad videndos exercitatores vt potè otioſi & nullis negotijs occupati eò accedebant. Quo in loco id etiam animaduertendũ cenſeo diebus feſtiuis gymnaſia magis frequentata fuiſſe, quando artifices,aut alijs ſeruitijs detenti otiantes in illis ob remittendos labores, & C voluptatẽ cupiundam verſabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq; verſarentur,quemadmodum viri,nil certi affirmare auſim,niſi quòd Romanam maieſtatem illud dedecuiſſe videtur,facileq; fieri poteſt,vt impuræ aliquæ & ſpectandi,& ludẽdi gratia quod Iuuenalis,& Martialis innuunt,publicè verſarentur in gymnaſijs,necnon in locis ſeparatis,quæ ibi lauandis fœminis ſolis extructa eſſent,périnde ac in priuatis balneis honeſtæ mulieres lauareutur tam ignobiles & mediocri loco natæ,quàm illuſtriores cum de Poppeas Domitij Neronis vxore referat Plinius, quod ad augendum cutis candorem quingentas aſinas fœtas per omnia ſecum trahebant,& balnearum etiam ſolio totum corpus illo lacte macerebat:quod intellexit Iuuenalis dum ſcripſit

aut pinguia Poppæana.

In.1.de artic.

2.de tu.val.

Lib.11.ca. 41.

B ij Spirat

Spirat & D
Incipit agnoſci, atq; illo lacte fouetur

Saty.6. 1. de alimẽ. fac. Propter quod ſecum comites educit aſellas, in quem dealbandi corporis vſum aliàs mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumúe in balneis vſurpaſſe meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres vnà cum viris in palæſtris exerceri ſe conſueuiſſe, præter alios, ſatis teſtatum facit Propertius libro tertio

Multa tuæ Sparte miramur iura paleſtræ,
Sed mage virginei tot bona gymnaſij,
Quod non infames exercet corpore laudes
Inter luctantes nuda puella viros,
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & verſi clauis adunca Dochi,
Puluerulentaq; ad extremas ſtat fœmina metas,
Et patitur duro vulnera panceratio, E
Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris
Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat

Neq; de hoc Spartanorum more quiſquã mirari debet, quandò & Plato in quinto de repub. grauiſſimis argumentis probauit ad fœlicem rerum publicarum ſtatum maximopere conducere, ſi mulieres tam iuuenes, quàm ſeniores vnà cum viris nudæ in palęſtris, atq; gymnaſijs exerceantur, quòd an ſapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamúe ex conſuetudine conſequendam, vt Platoni in animo erat, cõferret, non eſt locus examinandi.

De Gymnaſiorum diuerſis partibus. *Cap. VIII.*

VItruuium qui Auguſti Cæſaris ætate floruit, ſolùm palæſtras græcas tradidiſſe ex ipſius verbis conſtat, quando nondum Romani Imperatores ſuas extruere cœperant, quas poſtea extructas ſicuti in multis Græcorum gymnaſijs ſimiles fuiſſe E probabile eſt, ita pariter veriſimile fit Romanos (vt ſolet eſſe poſteriorũ in excolendis rebus mos) plura ſuis addidiſſe, quæ vel Græcos latuerant, vel parùm ab illis ęſtimata fuerant: Quocirca partes gymnaſiorum magis principales explicaturus haud quaquam ſolas a Vitruuio ſignificatas in medium afferam, ſed illas nullo ſitus ordine ſeruato enarrabo, quas diſperſim ab Authoribus traditas inuenio, quasúe rei ipſius ratio expoſtulare videtur in Græcis, atque Romanis palæſtris extitiſſe quamq̃ Vitruuij auctoritatem nunq̃ multi faciendam exiſtimaui, nempè quem παραδοξόλογον & ſua ætate minimè æſtimatum puto, quòd enim ab Auguſto nullis egregijs Fabricis, niſi ſolis Baliſtis præfectus fuerit quando ſcilicet in vrbe & extra vrbem magnifica ædificia extruebantur

Atur, quod etiam a nullo ferè poſteriore auctore nominatus inueniatur magnam certè ipſius exiſtimationis ſuſpicionem meritò parit. Ergo primæ gymnaſiorum partes fuerunt porticus exædris ſiue cubilibus apertis plenæ, in quibus philoſophi, & rhetores, mathematici, & omnes denique diſciplinarum amatores diſputando, legendo, ac docendo exercebantur: atque has non longè ab alijs admodum ſitas fuiſſe conijcere poſſumus tum ex ipſa figura, tum ex prouerbio inde nato (Diſcum quã philoſophum audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodem gymnaſio inter philoſophos ſedentes, atq; inde diſcorum crepitus audientes relicta ſapientiæ ſcola ad proximum certaminum locum erumpebant. In exædris philoſophorum adoleſcentes atq; pueros illos, qui diſciplinarum ſtudijs operam nauabant, verſatos eſſe rationi conſentaneum eſt: quod eſſent illæ veluti ſcolæ quædam, & poſſent facilimè poſt animorũ exercitationes corpora ad ſanitatem, vel fortitudinem iuuenes & pueri

B exercere, ſubindeq; lauari, extat enim Lampridij auctoritas Alexãdrum Seuerum poſt lectionem operam modò palæſtræ, modò ſphæriſtirio, modò curſui, modò lenibus luctis dediſſe, mox balneum introiuiſſe. Secunda pars erat Ephebęum, vbi mihi veriſimile apparet eos conueuire, atq; de præmijs, & exercendi genere pactiones facere ſolitos, qui ſimul exerceri, ac certare volebant: quanquã ſciam Philandrum eius opinionis fuiſſe, quòd in Ephebæo puberes exercerẽtur qua in re ipſum valde melius ſenſiſſe exiſtimo, quã Guilielmum Choulũ, qui in ſuo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebæo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrum verò apud Romanos, qui cum viris ante decimum ſextum annum pueros commercium vllum habere vetabant, hoc verum fuerit, affirmare non auderem. Neq; item negare poſſumus Galeni tempore, pueros exerceri in palæſtra conſueuiſſe, cum is cuiuſdã ęgritudinis, quam Commodus puer atq; Imperatoris filius in palæſtra acquiſiuerat mentionem faciat: & præterea in ſecundo de tu. val. ſic ſcribat In lib. de ſ. cogni. ad Polth.

C *οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναριχᾶται δι᾽ὰ σχοινίου κατάπερ ἐν παλαίστρα γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες* i. ſic autem, & quicunq; per funem ſcandit quemadmodum pueros in palæſtra exercẽt, eos ad robur præparantes ex quibus verbis pueros in palæſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis cõſtaret, niſi id quoq; Plautus in Bacchidibus apertiſſime teſtatus eſſet, vbi Lydus Piſtocleri pędagogus patrũ erga filios ſui tẽporis indulgentiã taxans de anteactis temporis moribus ita loquitur. »

Nego tibi annis viginti fuiſſe primis copiam
Digitum longè a pędagogo pedem vt efferres ex ædibus
Ante ſolem ex orientem niſi in palæſtram veneras
Gymnaſij Præfecto haud mediocres pęnas penderes
Idq; ubi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſebatur malum

Et diſcipulus,& magiſter perhibebantur improbi D

Ibi curſu,luctando,haſta diſco,pugilatu,pila

Saliendo ſe exercebant magis,quàm ſcorto,aut ſauijs,

Vnde mihi conijciendum videtur pueris ſummo mane paleſtrā adeundi præceptum fuiſſe,vt virorum,qui tunc non aderant,commercium vitarent, atque etiam literarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (vt mea fert ſententia) pro denudandis hominibus,qui vel exerceri, vel lauari vel vtrunque agere volebāt inſeruiebat,aliàs a Græcis ἀποδυτήριον & a Galeno γυμνασήριον vocatus.Niſi enim Coriceum apud Vitruuium talem locum ſignificat palæſtras ab ipſo deſcriptas abſq; hac parte omnium maxime neceſſaria extitiſſe dicendum eſſet,quam nedum in publicis gymnaſiis, verum etiam in priuatis affuiſſe credo,ſi quidem Plinius Cæcilius in deſcriptionibus

Lib.2.&.5. Epiſt. villæ ſuæ Laurentinæ ac Thuſcorū apodyterium inter alia adnumerat: vnde illorum ſententias probare nequeo,qui Coriceum in Vitruuij textu legendum putarunt a coryco pilæ ſpecie,quaſi ibi ludus talis agereť, E aut couriceum pro tonſtrina,aut coriceum tamq̃ in eo puellæ, & virgines κοράι a Græcis vocatæ exercerentur. Quarta pars erat eleotheſium a

Li.2.epiſt. Iulio Polluce ἀλειπτήριον,a Cæcilio Plinio vnctuarium vocatum,atque in iſto luctaturi,& aliàs exercitationes,vel balneas inituri vngebantur, redungebanturq;:ſed quoniam opportunitas rei poſtulare videtur, vt de hoc gymnaſtico vngendi munere verba faciam,neque Metrodori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς.i.de vngendi ratione citatus ab Athenæo liber hodie extat,quatuor ego dicam,primùm quando & qui vngerentur:ſecundùm quæ eſſet vnctionis materia:tertiùm cuius finis gratia vngerentur:quartùm quomodo,& à quibus vnctio adminiſtraretur:Illi qui vel loturi vel ſeſe exercitaturi in gymnaſium veniebant maiori ex parte ſpoliabantur in apodyterio:poſtea horum nōnulli,& præſertim qui vel luctam,vel pancratium inire intendebant,(nam pugilatores,curſores, ac alij multi vnctione non egebant)alipterium ingredientes vngebantur, G atque ita vncti ad locum,vbi erat puluis, de quo loquar inferius, tranſeuntes puluere conſpergebātur, ſicq; deinceps in exercitationes diuerſas diuerſi prodibāt: poſtquam verò ſeſe,quantū libuerat,exercuiſſent, iterum ad vnctuarium reuertentes ibi a Mediaſtinis, & Reunctoribus ſtriglibus ferreis, de quibus Martialis

Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,

Non tam ſæpe teret lintea fullo tibi,

Lib. 1.c.5. Lib.34.c.8 Lib.de ſim. med.81.& detergebantur,in qua deterſione oleum,puluis,& ſudor, quæ deradebantur,ſimul mixta in vſum medicum adſeruebantur, & ab Atticis κονίσαλος,ab alijs verò πάτος vocabatur,vt ex Dioſcoride,Plinio,Galeno, & Aetio facilimè confirmari poteſt, & quamuis etiam Galeni ætate ſtri-

giles

A giles adhiberentur ad balnei vſum, nihilominus balneorum ſtrigiles plerunque ſpongiæ erant, vel linei, neque communiter ſemper adminiſtrabantur, ſed quiſque proprium ſecum gerebat, & præſertim quicunque cõmunia cũ alijs inſtrumenta habere fugiebat, vt inſinuat Perſius Sat.v. 4.de tu.va. Libro.5. & 10. de ſim. med. lib.1.c.17.

I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer,

Ferrei autem erant, vel aurei, vel argẽtei, vel cornei, vel eburnei, quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus radebantur. Deterſi tandem iterum diligentiores aliqui valetudinis, aut delitiarum gratia vngebantur, & nonnunquàm inuncti balnea ingrediebantur, ſed pòſt egreſſi denuo vngebant modò ſimplici oleo, modò varijs odoribus condito, modò diapaſmate ad coercendos ſudores, vt ſcribit Plinius; adeò lib.21.c.19 quod varia erant vngendi tempora, interdum poſt balnea, quod Homeri temporibus obſeruatum legimus, vt in.3. Odyſ. Αὐτὰρ ἐπεὶ λούσεντε καὶ ἔχρισε λίπ᾽ ἐλαίῳ .i. poſtq̃ lauit, & pingui oleo vnxit. & lib.4. iterũ-

B que.17. τοὺς δ᾽ ἐπεὶ δμωαὶ, λοῦσαν, καὶ χρῖσαν ἐλαίῳ .i. hos aũt poſtq̃ famulæ lauerunt, & vnxerunt oleo interdum quoque ante ſicuti refert Galenus.vj. de valetudine conſeruanda. Materia autem vnctionis pro exercitandis varia fuit, Ariſtotelis tẽpore, & oleo ſimplici, & aqua mixto vngebantur: Is enim quinta problematũ particula ſcripſit iccircò aquã oleo admixtam quando exercitatis adhibetur, magis laſſitudinem tollere, quàm oleum ſimplex, quoniam ita interius penetrans exiccata membra humectat, author eſt Plinius Græcos vitiorum omnium genitores lib.15.c.4. oleum primos in gymnaſia inuexiſſe, de quo dicebat Anacharſis Scytha eſſe inſaniæ, pharmacum, quoniam eo peruncti athletæ inſanirent. Butyrum quoque apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortaſſe oleum, interdum pro vngendis exercitandorum corporibus in vſu fuiſſe teſtatum reliquit Plinius, & poſt ipſum Galenus: fuit & aliud mixturę genus poſterius inuentum ex oleo, puluere & cera cõmixtum, quo vn- lib.11.c.41 lib.28. c 9

C gebantur: atque illud ceroma a Plinio vocatum inuenio, quo iuuentutẽ romanam corpora exercendo vires animorum amiſiſſe dicit: ſicut & 1.de alimẽ. fac.c.15. apud Martialem libro quarto

Seu lentum ceroma teris. *& libro V.*

Vara nec iniecto ceromate brachia tendis *& lib.VII.*

Et caſtigatum lydiæ ceroma paleſtrę

Scribit item Plinius oleum in gymnaſijs condiri odoribus, ſed viliſſimis conſueuiſſe, quæ omnia de vnctionibus ante exercitationes adhibitis intelligi debent: cum poſt exercitationes, & poſt balnea infinita propè variorum odoribus conditorum vnguentorum genera tradantur adhibita: quæ ſoli laſciuiæ atque libidini inſeruiebant. Quo fine demum prędictis vnctionibus gymnaſia adeuntes vngerentur, diuerſa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in.3. de diæta memoriæ mandauit terrarũ

puluerem oleo admiſceri ſolitum, vt ſuo frigore, & ſiccitate olei æſtum, D
Prob.119. & humiditatem tẽperaret. Alexander in.1.Probl.volumine ſcripſit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi conſueuiſſe, vt mẽbra emollita labores ſine rupturæ vllius periculo ſuſtinerent, quam ſententiam ſecutus eſt quoque Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων, Lucanus videtur ſenſiſſe luctatores puluere ſeſe conſpergere ſolitos fuiſſe, vt corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo ſermonẽ faciẽs ait.

Auxilium membris calidas infundit harenas

Plutarchus in libello de primo frigido huius ſententiæ fuiſſe videtur, quod athletæ in vnctionibus puluere vterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum ſudorem, ne tantopere delaſſarentur. Ego autem exiſtimo potiſſimum vſum pulueris extitiſſe, ne oleo manus laberentur, ſed facilius exercitatores ſeſe comprehendere valerent, atque hac de cauſa a Martiale puluis ille ἀφὴ vocatus fuit, vt ibi (flaueſcit aphe) vnde ſi qui aduerſarios perunctos, & ſine puluere certantes vincebant maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus & Dioreus apud Pauſaniam ἀκονιτὶ nomen promeritus, cuius rei mentionem fecit Horatius ita ad Mœcenetem ſcribens E

Quis circum pagos. & circum compita pugnax
lib.1.epiſt. 1. *Magna coronari contemnat olympia, cui ſpes,*
Cui ſit conditio dulcis ſine puluere palmæ?

Alij ſunt, qui credant oleo exercitatores vnctos ad arcenda frigora, & le-
6.de tu.val. c.ult. uandas laſſitudines. Galenus ſentit oleum tàm ad exoluendam præteritam laſſitudinem, & futuram mitigandam, quàm ad præparandum ad motus cõduxiſſe, quibus ceram additam cum Galeno opinor, quò oleũ alioqui fluxile diutius adhęreret. Quę verò poſt balnea adhibebãtur vnctiones, nemo dubitat inſeruiſſe, ne humiditas in balneis acquiſita euaneſceret, néue reſeratis a balnei calore meatibus natiua caliditas expiraret, quamq̃ etiam aliqui delicatiores voluptatis & laſciuię gratia odoriferis vnguẽtis, aut ſicci diapaſmatis ad comprimendum immoderatum ſudorẽ, vt ſcribit Plinius poſt balineas vngebantur de quibus Martialis. F

Quid quod olet grauius mixtum diapaſmate virus

b.15.ca 2 & lib.21.c. 19. lib.1. Cęterum quo modo vngerentur nil certo diffinitum inuenio: eſt tamen valde probabile nonnullos cum prius ſeipſos fricaſſent, manibus proprijs hoc egiſſe, licet etiam a ſeruis gymnaſticis, atque reunctoribus vocatis vngerentur: qui & ipſi prius ad maiorem vnctionis penetrationem fricantes tandem vniuerſum corpus modò leniter, modò ſecus prementes perungebant, & prout temporis conſtitutio poſtulabat, aliàs tepidũ aliàs calidum, aliàs frigidum linimentum applicabant: atque hęc omnia vt plurimum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Coniſteriũ Polluci κονίστρα vocatum quinta gymnaſij pars, in quo poſitus puluis conſeruabatur,

A batur, vt poſſent vncti ſtatim illo conſpergi. Ex varijs regionibus in hũc
vſum pulueres aduectos legimus, ſed duo palmam habuerunt Puteola-
nus de quo Sidonius Appollinaris

Namque Dicarcheæ tranſlatus puluis harenæ

& Ægyptius, quem Romam in hunc vſum aduehi ſolitum refert Sueto-
nius in Nerone, quemadmodum, & Patrobiũ Plinius tradit Neronis li- lib.35.c.13
bertum ex Nilo harenam tenuiſſimam non multum a puteolano pulue
re diſtantem ad debellanda corpora palęſtrę ſtudijs aduexiſſe eandemq;
a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cum reliquis
millitaribus commertijs portatam, cui forſan haud abſimilis illa erat, de
qua Ouidius Acheloi pugnam deſcribens loquitur

Inquis vicem fuluæ tractu flaueſcit harenę

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Paleſtritarum exercitationes
iniret, dixit ipſam flaueſcere hac harena, quàm aphem ab illo vocari dixi
B mus, quoniam cõtrectationibus exercitatorum inſeruiebat, ἁφὴν nãq;
tactum ſignificare nemo neſcit.

De Palæſtra & alijs gymnaſij partibus. Cap. IX.

HActenus quinque gymnaſij partes, quę etiam in palęſtra gręcorum a Vitruuio deſcriptę inueniuntur, Philoſophorum exedras, Ephebæum, Apodyterium, vnctuarium, & coniſterium explicauimus: nunc cęteras partim ab eodem pręter-
miſſas, & ab alijs indicatas: partim ab ipſomet explicatas proſequemur.
Erat itaque ſexta pars locus quidam palęſtra vocatus, vbi (dicebat lydus
ille Plautinus) curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu pila, ſaliendo ſe exer In Bachidibus.
cebant magis, quàm ſcorto, aut ſauijs, & vbi ſcribit Galenus has exercita
tiones peragi ſolitas luctam, pugilatum, appẽſionem manibus ad funera 2.de tu. ualet.ca.9.
ſtare pedibus & manibus in pugnum vinctis, easque alteri aperiendas
C porrigere, pondera manibus attolere, & ita perſiſtere, quod genus halte
res vocatum eſt, ſciamachia, & armorum pugna: Galeno verò aſſentiẽs
Oribaſius pergamenus faſſus eſt non modò has, ſed & aliàs ſexcẽtas fuiſ
ſe palęſtrę exercitationes. Vnde animaduertendum eſt palęſtram apud
vtriuſque linguę auctores multa ſignificare, primò totum ipſum gym-
naſium, vt eſt videre penes Vitruuium, ſecundò, locum quẽcunq; exer-
cendis corporibus idoneum, quo pacto locutus eſt Cicero in Epiſt. tertij
lib. ad Q. F. prima. &. 2. de legibus, dum villam ſuam Arpinatem deſcri-
bens palęſtram ibi nominat, necnon Virgilius quinto Æneidos.

Pars in gramineis exercent membra palæſtris

& Geta apud Terentium in Phormione, vbi dixit, Ecce a ſua palęſtra
exit foras. Tertiò certam gymnaſij partem, in qua ex ſententia Plauti, Ga 6 collec.ca. 14.
leni

De Berecithim. leni,& Oribaſij tot exercitationes factas prædiximus, & cuius parietum D
lib. 1. c. 36. ſordes collectas in panno applicatas furunculos maturare ſcripſerunt
li. v. de ſim. med. Plinius & Theodorus Priſcianus in qua ſignificatione accepiſſe Catullū
puto, vbi dixit

lib. 1. de legibus.

Abero foro, palæſtra, ſtadio, & gymnaſiis?
Miſer ab miſer.

lib. de claris Orat. Quòd autem a palæſtræ muris, ſtatuis, atque columnis ſtrigmenta quædam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factæ abraderent,
lib. nat. hiſto. 27. c. 4. & in varios medicinæ vſus ſeruarentur, abunde teſtati ſunt Dioſcorides Plinius & Galenus, quæ ſtrigmenta quandoq; a ludorum magiſtratibus octingentis ſeſterijs vendita fuiſſe tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipſam palæſtrarum interdum palæſtram vocari ſicuti quandoq; M. Tullius pro palæſtra actiones ordinatè &, venuſtè factas metaphorice intelligere viſus eſt, nec non Plato in Charmide pro Taurei palæſtra locum ſignificauit vbi viri docti ad colloquendum diſputandúq; E
Prob. 4. conueniebant. Ad hęc Plutarchus in ſecundo ſympos palæſtram vocatum ſcribit locum, vbi athletæ exercerentur, & in quo ſolū lucta, & pancratium non curſus, non pugilatus agerentur, quemadmodum & Galenus quandoque palæſtram nuncupauit, vbi athletæ ſolùm, & craſſitudini corporis ſtudentes exercerentur: Forſan autem dubitabit aliquis an
2. de tu. ual. c. 9. in palæſtra hac puluis ſtratus eſſet, quoniam Galenus ipſam a loco, vbi puluis erat ſeparaſſe videtur hiſce verbis ἀλλὰ τὰ μὲν τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι καθ᾽ ὁτιοῦν χωρίον
„ ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς ἀλλήλους δρῶσιν ἀσ-
„ κοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ παλαίστρας δεῖται idest: ſed &
„ hæc abſque palæſtra, & alto puluere in quocunque loco conculcato erectis ſtantibus fieri poſſunt: quæ verò lucta inter ſe contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, vel alto puluere, vel palæſtra opus habent, cui ita reſponſum volo etiam in palæſtra fuiſſe ſtratum puluerem, ſed humilem, ac modicum, ita quod duo fuerint loca puluere ſtrata alterum palæſtræ, alterum extra palęſtram: in illo puluis humilis, in hoc F altus & copioſus eſſet: cuius pulueris in vtroque vſus erat, tum vt certantes firmius contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiam vt qui in terra deijciebantur, minus læderentur: At altus puluis hoc amplius habebát, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac vi ad eos tollendos opus habebant, atq; inde robur maius cōparabant. Quæ omnia ſignificauit Lucianus in libello de exercitationi-
libr. 11. de vſu partiū. & li. de cauſis procatarticis. bus, de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, vbi ſcribit ſe vidiſſe athletas ſępius, ne a puluere ſuffocarentur, periclitātes, & vbi Adoleſcentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenoſa facto valdè exiccatum ad gymnaſium ſe contuliſſe: quòd ex ijs eſſet,

qui

A qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri vellent. Septima gymnaſij pars fuit ſphęriſtirium, vbi varię exercitationes, & pręſertim cuncta pilę exercitia, quę plurima extitiſſe infra demõſtrabimus frequentius, quàm alibi peragebantur: Hoc non eſſe coriceum a Vitruuio deſcriptum ſatis in ſuperioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnaſijs tamen fuiſſe multis verbis oſtendit Budęus, quinimmo & in particularibus gymnaſijs hortisúe Sphęriſtirium vnà cum alijs extructum fuiſſe locupletiſſimum teſtem habemus iuniorem Plinium, qui villas ſuas deſcribens Laurentinum & Tuſcos in vtriſque ſphęriſtirium ponit, quòd plura exercitationis genera, pluresq; circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari poteſt, vbi hęc Vulpiani verba leguntur Cum Aurelius Quictus hoſpiti ſuo medico mandaſſe diceretur vt in hortis eius quos Rauennę habebat, in quos omnibus annis ſecedere ſolebat ſphęriſtirium & hypocauſta & quędam ipſius valetu- B dini apta ſua impenſa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in ſphęriſtirio nedum pilę ludos, verum etiam aliàs exercitationes fieri cõſueuiſſe, quando & in ipſo Veſpaſianus fauces, cęteraq; membra (vt tradit Suetonius) ſibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerũt vię illæ, quę inter porticus, & porticus, ac muros ſitę erant, ab omnibus ędificijs nudę, quæúe & ad ſubminiſtrandam porticibus, ac cellis lucem factæ erãt, & ad ſpatiandum, aliasúe exercitationes obeundas, quæ nec in palęſtra, nec in alto puluere, nec in xyſtis alijsúe locis fieri poſſent. Has locum cõculcatum paulò ante ex Galeno a nobis nominatum fuiſſe opinor, ita vocatas quòd nullis lapidibus, lateribusúe ſtratę, ſed rudes & ęquato tantum ſolo forent. In his curſum factum exiſtimo atque ad id tum diauli, tum dolichi, tum ſtadij a quibus dolichodromi, diaulodromi & ſtadiodromi formas, atqua terminos ibi conſtitutos, tametſi apud Vitruuium nil aliud fuerit diaulos, quàm periſtyliorum quadratorum circumitio duobus ſtadijs diffinita. In ipſis etiam ſaltus, & diſci exercitationes, quas C palęſtrę negauit Galenus (vt mea fert ſententia) interdum habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam vtraque apud gręcos & Latinos non parum diſcriminis obtinent, ſi quidem xyſtos hi vocant porticus tectas vbi athletę per hyemẽ & ęſtate, tempore luctationibus alieno, exercebãtur: xyſta autẽ ſubdiales ambulationes, vbi hyeme tempeſtate leni e porticu prodeuntes, & ęſtate ferè ſemper ambulabant, atque has περιδρομίδας a Gręcis nominatas ſcribit Vitruuius, quę duplices erant, alię nudę, alię platanis alijsúe arboribus conſitę ad pręſtandum amęnitatem, atq; illis, qui a ſole offendebantur, vmbram, de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academię ambulatione celebratas fuiſſe ſcribit: De ijſdem quoque Plinius ſecundus ſermonem habuit quando in depingendis Tuſcis ac Laurętina villis ſuis xyſtos toties decantat. Nec alium locum

lib. 2. ca. 4.

lib. 2. epiſt. & 5.

lib. 17. c. 16

lib. 12.

Loco citato.

In Oecon. locum intellexit Iſchomacus apud Xenophontem, quando ambulatio- D
nem in xyſto factam nominauit, ſicuti nec Phædrus apud Platonem, vbi
ex Acumeni ſententia ſalubriorem facit ambulationem in vijs, quam in
curſib⁹ ſub hiſce verbis, *τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ*
„ *κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους*
„ *τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι*, ideſt tuo autem, & meo ſocio obtemperãs Acu
„ meno, in vijs ambulationes facio, nempè quas minorem laſſitudinẽ ijs,
quæ fiunt in curſibus, parere dicit, id quod ſi Ficinus rectè pẽſitaſſet, me
lius Platonis verba in noſtram linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura
inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eaſdem ambula-
tiones intellexit Iuſtinus martyr cum in principio dialogi ſui dixit *περι-
πατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύσου περιπάτοις* hoc eſt ambulãti mihi in xy-
ſti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe videtur.
Nemora, quæ & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Neronia-
nas diruptis ædificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lampridius E
nulla alia fuerunt, quàm platanones & xyſta græcorum.

De Balneis gymnaſiorum, atq; etiam de ſtadio. Cap. X.

DEcima gymnaſiorum pars fuit balneum, quã ob delitias, atq;
ſanitatem omniũ maximè æſtimatã fuiſſe certum eſt, quãuc
cunctis alijs maiorem, & pulchriorem extitiſſe opinor ego,
tum quia (vt Galenus ſua tempora deplorat) omnes ferè ho-
mines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum,
ferè omnium vſque ad Aſclepiadis & Pompeij ætatem, quando vt ſcri-
bit Galenus nondum publica, balnea, aut priuata accommodè ædificata
videbantur rarique & rarò lauabantur, non erat: tum quia multis locis
3. com. de balnea indigebant pro varijs lauandorum commoditatibus, quæ neceſ-
uic. acut. ſariò ſpatium maius requirebant, & ob id colũnis, ac ſuperbiſſimis mar-
moribus extruebantur, vt interim non omittam quanta priuati viri vſi F
ſint in priuatis balneis ædificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a
Epiſt. 87. Seneca, quod quiſq; pauper ſibi videbatur, ac ſordidus, niſi parietes bal-
neorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina mar-
mora numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis vndiq; operoſa, & pi-
cturæ modo variata circumlitio prætexeretur, niſi vitro conderetur ca-
mera, niſi aquam argentea epiſtomia fudiſſent. Ne ſtatuarum, & colum-
narum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur, quod Libertinorũ bal
nea habebant, vt nil niſi gemmas calcare vellent: Hetruſci balneũ a Mar-
lib. 6. tiale, & Statio elegantiſſime deſcriptum qui lectitarit, non poterit maio
lib. 1. Sil. rum in extruendis balneis magnificentiam, atque luxum ſatis admirari:
ſed de his ſatis: Vt autem de gymnaſiorum balneis paulò plenior habea-
tur

A tur cognitio, hæc in præſentia ſolum (quãdo vel nos vel forſan alter eruditus vir vniuerſam de balneis materiam abſolutiſſime tractauit) explicabimus. Primò qualia eſſent, & quæ loca balneis deſtinata: Secundò quæ vaſa, & aeris diſpoſitio, vbi lauabantur. Tertiò cuius gratia lauarentur. Quartò qui, & quando lauarentur: materiam enim, qua lauabantur plerunq; aquam dulcem vel pluuia collectam, vel ab aquæ ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatam omnes ſciunt, et quamuis apud Galenum, aliosque ſæpenumero de medicatis balneorum aquis mẽtio fiat, illis tamen ægroti, aut valetudinarij vtebantur, non gymnaſia ingredientes, de quibus ſolis nos loqui intendimus niſi immẽſam Neronis & profuſam libidinem in mediũ adducamus qui dulcibus non contentus aqs, marinas teſte Lampidrio, & Suetonio atque Albulas in ſuas thermas deduci curauit. Loca balneum vniuerſum conſtituentia a Cicerone balnearia vocata plurima fuiſſe reperio, frigidam lauationem ſiue λοῦτρον, frigidarium, tepidarium, ſudationem calidam, & calidam lauationẽ. Quæ verò balneis inſeruiebant, fuerunt hypocauſtum, aquarium, & vaſariũ. Hæc omnia loco concamerata & fornicum modo fabricata fuiſſe cognoſcere poſſunt, qui Romanarum thermarum reliquias contemplari voluerint. Frigida lauatio ſiue λοῦτρον locus erat, in quo frigidæ aquę lauacra, & præſertim piſcina aliàs baptiſterium a Plinio iuniore vocitata pro natationis vſu ab auctoribus citata poſita erant, tum ob æſtatem quando ſimilis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam proſequebantur ſiue ob valetudinem, ſiue ob delitias qualis Alexander Seuerus, quem rariſſimè in caldarijs ferè ſemper in piſcinis lauiſſe ſcribit Lampridius. De huius vſu plura apud Oribaſium ex Galeni ſententia videri poſſunt in decimo collec. lib. auctor eſt Lampridius Heliogabalum nunquam in piſcinis lauari paſſum eſſe niſi illę croco, alijsúe precioſis vnguentis fuiſſent infectæ. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatũ, qui ſtatim pòſt egreſſum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant, neque enim vlla ibi aquæ vaſa reperiebantur, vt poſſent ætate plures cõuenire, non defuerunt qui in hac parte piſcinam pro natationis ſtudioſis, de qua copioſius lib. 3. tractabimus, poſitã fuiſſe crediderint: At mihi veriſimilius videtur eam in frigida lauatione vbi alia frigida aqua ſeruabatur, extitiſſe, cùm in frigidario aquę nullius apud auctores mentio habeatur: In hac parte fieri poteſt, vt loturi exuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus ſpoliandis locus non parũ diſtabat, adeò quòd loturos, ſi ibi veſtimenta depoſuiſſent, nudos p ephebæum, frigidam lauationem, & reliqua loca tranſire neceſſum fuiſſet: tũ quia probabile eſt in Ephebęo homines ſæpius inueniri conſueſſe, a quibus loturos haud quaque nudos conſpici honeſtum erat, ex quo ad hęc omnia euitanda facilè eſt in frigidario ſeſe exuiſſe, eò magis quòd Var-

lib. 3. epiſt. ad Q. Fra. epiſt. 1.

ro

2.de re ruſ. in proh. 5. epiſt.lib. 3.d tu.val. 10.coll.c.6 to atque Plinius teſtati ſunt tã in vrbibus quàm ruri apodyterium quoque fuiſſe balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atque Oribaſius ſignificare viſi ſunt, vbi qua hora iuuenis tẽperati corporis balneo vti debeat, exponẽtes gymnaſterium tẽperari debere mandarunt, quod nullum aliud eſſe poteſt, niſi frigidarium ipſum: in quo & ſudores detergebantur ſiquidem Galenus.x.Methodo libro partes balnei enumerans quatuor ſtatuit calidarium, calidam lauationem, quam λουτρον vocat, frigidam lauationem, & quartam in qua ſudores detergerentur: ſed hæc potius coniectura, quàm vllo certo iudicio intelligere conceditur. Frigidario adnexum tepidarium duobus hominum generibus inſeruiebat, tum illis, qui tempore aeris aut aquæ, vel vtriuſque ob voluptatem, ſiue valetudinem frui volebant; tũ illis, qui aut frigida, aut calida lauari quærebant; hi etenim ne ab apodyterio ſiue frigidario ad Calidarium, & rurſum a balneo calido ad frigidarium, ſeu frigidam lauationem tanq̃ ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterúe offenderentur, tepidario pro medio quodam vtebantur, in quo exeuntes de frigido, ſeu calido loco tamdiu morabãtur, quouſque ad alterum eorum citra noxam recipiendum ſeſe diſpoſuiſſent, quamq̃ etiam fieri poteſt, vt in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob ſpacij penuriam, vel quòd ita maior commoditas haberetur, Cicero enim cũ Harpinatem villam, quæ iudicio Quinti fratris ſui ædificabatur inuiſiſſet, ſe aſſa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouiſſe ſcribit, in quo ſatis apertè demonſtrat, apodyterium, & laconicum ſiue calidam, aſſamúe, vt ipſe & Celſus vocant ſudationẽ coniuncta fuiſſe eo propè modo, quo nos ſecundùm Vitruuium tepidarium & laconicum coniungimus. Calidarium quod a Vitruuio, & Celſo Laconicum nuncupatũ fuit cella erat nullam aquam intra ſe continens, ad prouocandum ſudorem potiſſimum inſtituta, & ob id a nonnullis calida ſudatio ſicuti a Cicerone & Cor. Celſo aſſa nuncupata, de qua ſermonem faciens Columella, hæc contra ſui temporis mores ſcripſit Mox deinde vt apti veniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus & exucto ſudore ſitim quærimus. In hac vapor calidus, ſeu calor ſiccus incluſus ſudorem prouocabat, haud aliter, ac ſuper Baias myrtetis, vbi tempore Celſi e terra profuſus calidus vapor ędificio incluſus maximos ſudores ciebat, cuius Horatius quoque meminit in Epiſt. vbi ait.

lib.3. epiſt. ad Q.F.ep. prima.

Lib. v.c.14 lib.2.c.16.

lib.3.ad Q. F.epiſt.1. In prohæ. lib. de re ruſtic.

lib.1.ad val lam;

ſane myrteta relinqui
Diætaque ceſſantes neruis elidere morbos
ſulphura

Qui apud Vitruuium tepidarium, & Laconicum idem faciunt, verba ipſius Vitruuij lectitantes facilè cognoſcent vtraque ab ipſo ſeparari, dum præcipit Laconicum, ſudationeſq; tepidario coniungi, præterquã quod manifeſtè

D E F

A manifeſtè Celſus laconicum vocat, vbi calor ſiccus eliciebat ſudorē, quā conditionem tepidario minimè conuenire quiuis intelligere valet, id quod etiam clariſſime ſignificauit Martialis balnea Hetruſci deſcribens ſub his verbis.

Ritus ſi placeant tibi Laconum Lib.vj.
Contentus potes arido vapore,
Cruda virgine Marciaq; mergi.

Scio quoque nonnullos, quòd laconicum rotundum, ac veluti turricula in hemiſphærium camerata foret, idem cum ſphæriſtirio a nobis ſuperius explicato effeciſſe. quibus planè aſſentiri nequeo, quoniam mihi irrationabile videtur, vt in loco calido ſudationibus ædificato ludum pilę atque alias exercitationes, quas in ſphæriſtirio fieri cōſueuiſſe tradit Plinius, v.Epiſt.lib. exercerent: fuiſſet nanque (vt eſt in prouerbio) camino oleum addere, ſi exercitationes per ſe corpora valde calefacientes in calidiſſimis locis egiſſent. B De laconico poſſunt verba Iuuenalis intelligi ſi verſus ita reſtituatur. Quicquid dixerint alij

Qui Lacedæmonium proptyſmate lubricat orbem

nam taxat quendam, quòd in Laconici ſolio copioſè expuendo efficeret, quo minus in ipſo pedes ambulantium firmari valerent. Poſt laconicum ſequebatur cella calida labris aquæ continendæ poſitis referta, in qua ꝙ lauarentur, calidæ lauationis a Vitruuio, & a Galeno λουτρὸν nōmen adepta eſt. x.Metho. Erat namque primaria balnei pars, & próinde a nemine de ipſa quicquam eſt in controuerſia poſitum: quòd porrò ſcripſit Pollux libro ſeptimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuiſſe balneorum partem nullo modo probare valeo: quum idem aliàs ipſum inter gymnaſiorum partes adnumerauerit; niſi velimus penes Antiquos βαλανεῖον ſignificaſſe totū gymnaſium ipſum. Atq; hæc ſufficiant de publicorum in gymnaſijs balneorum partibus. Fuerunt & innumera ferè priuatorum balnea, quæ & aliquibus ex prædictis partibus caruiſſe, & alias habuiſſe poſſibile eſt; C ſed de huiuſmodi non eſt inſtituti noſtri verba facere. Quæ autem loca non eſſent intra balneas, ſed ipſis tantum inſeruirent, primo hypocauſtum continebant, quod ſecundum Vitruuij deſcriptionem erat fornax ſeu caminata ſtructura ſubterranea calidario, calidæ lauationi, atque vaſario ſuppoſita, in qua ad calefaciendum tum aquam, tum prædicta loca igni ſuccendebantur, & ne extingueretur a ſeruis fornacataribus ob id in Pandectis a Papiniano vocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabat. ” De his loquebat' Stati⁹ in deſcriptione balneorū Hetruſci lib.j.Sil.

Crepantis
Audituras pilas, vbi languidus ignis inerat
Aedibus, & tenuem voluunt hypocauſta vaporem

Vnde cuiuis manifeſtum eſſe poteſt, in quàm graui errore verſentur illi,

qui

qui Hypocauſtum, & Laconicum idem fuiſſe crediderunt. Ante hypocauſtum via quædam erat propnigeum quaſi dixeris præfurnium a Vitruuio vocata. Aquarium cella erat calidæ lauationi, atque calidario adnexa, in qua alueus magnus ædificatus erat ad continendam aquam ex aquæductibus, aut aliunde inuectam atq; inde in frigidam lauationem, & calidam per fiſtulas corriuandam. Non longè ab hoc ſitum fuit vaſarium, vbi vaſa conſeruabantnr balneorum ſeruitijs neceſſaria, & vbi
lib.v. c.10. aqua ꝑ ipſis calefiebat, de hoc ita tradidit Vitruuius Ahenea vaſa ſupra hypocauſtum rria compoſita fuiſſe vnum calidarium, alterum Tepidarium, tertium frigidariũ, & ita collocata, vti ex tepidario in Calidarium, quantum aquæ calidæ exiſſet, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinſecus admittebatur (vt Virruuius innuit) ea in calidiſſimo loco auerſo a Septentrione & Aqui-
lib.ix. coll. Cap.10. lone ſita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumẽ habebant. Quod Oribaſium ſignificaſſe puto, vbi ex Galeni ſententia Architectos optimos balneorum domos ad octauam horam verſas conſtruxiſſe ſcribit. Sin autem natura loci impediuiſſet, vtique a meridiẽ: lumen verò ita capiebatur, quòd in medio cameræ foramen latum relinquebatur, ſub quo labrum extruebatur: circa labrum erant ſpatioſi quidã margines, aut porticus a Vitruuio ſcholæ vocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circũſpectantes rectè ſtabant, nec ſuis vmbris lucem, quę ſuperius capiebatur, obſcurare poterant. De aeris porrò
Epiſt 87. li.viij. ſym. prob.9. intra balneum exiſtentis ſtatu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauiſſimis ſcriptũ reperio, antiquiores mollibus, ac moderatè calidis balneis vſos, ita vt Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumque mulieres pultis ollas in balnea ferentes vnà cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempeſtate maxime calidas in pretio habitas fuiſſe, adeò quòd de illis dicere licebat Huc

Cocytus, Phlegetonq; fluunt Acheronta petentes

Quales fortaſſe Neronianæ thermæ extiterunt, de quibus Martialis ſic ſcribit libro quinto.

Si temperari balneum cupis feruens
Fauſtina, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem ſabineum,
Neronianas is refrigerat thermas

Nihilominus tempore Galeni, qui paulò pòſt Senecam, & Plutarchum floruit, balnea vſque adeò calida in vſu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus vtendi haudquaquam tunc omnibus communem fuiſſe, ſed aliquibus peculiarem pro comperto habeo:
Epiſt.87. & ſi Seneca teſtatur apud veteres hoc quoque nobiliſſimos ædiles officio functos eſſe intrandi ea balneorum loca, quæ populum recipiebant, exigendiq;

A exigendiq; munditias, & vtilem ac ſalubrem temperaturam procurandi, ſed tempore ſuo illud in deſuetudinem abijſſe, vt balnea tunc ſimilia incendio forent. Vaſa quibus lauabantur alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quæ non mouebantur ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq;, & labra in calda lauatione, in frigida piſcinæ & baptiſteria nuncupabantur: adeoque magna erant vt etiam in ipſis aliquo pacto natare concederetur: atque horum veſtigia adhuc Romæ in aliquibus thermarum ruinis conſpiciunt. Quæ moueri poterant, tametſi in priuatis balneis vt plurimùm fierent, attamen in publicis quoq;, ſed ob priuatorũ forſan vſus extitiſſe opinor: & hæc diuerſas figuras habuerunt. alia quadratam alia quadratam oblongam; alia rotundiuſculam, alia oualem, ſicuti nunc apparet, ex vetuſtiſſimis, quæ adhuc Romæ ſuperſunt. Varia eorum porrò materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, alia ex ære; quorum omniũ nomina a Iulio Polluce ſcriptis mandata leguntur, Fuerũt & qui lignea pro balneis lauacra facere tẽtarint, qualis Tucca a Martiale ſub his verſibus deriſus. Lib. 7. Lib. 9.

B

Non ſilice curo, ſtructili, ne cemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit
Sed ſtrage nemorum, pineaq; compage
Vt nauigare Tucca balneo poſſit

Tongillum quendam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricaſſe credide runt aliqui his Iuuenalis verſibus adducti

Exitus hic eſt
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari Sat. 6.
Qui ſolet, & vexat lutulenta balnea turba

Sed eorum ſententiam admodum probare nequeo, potiuſq; credo ſub Rhinocerotis nõie naſutũ aliquem a maledico poeta ñotari. Finis cuius gratia lauabantur, non vnus extitit (de ſanis loquor, & gymnaſiorũ ſtudioſis; nam de ęgrotantium, & valetudinariorum lauationibus ſermonẽ haberi non poſtulat locus) Primam balneorum inſtitutionem ſemper fuiſſe exiſtimaui, vt quotidianas ſordes eluerent, poſſentq; mundo corpore cęnare, qui ſingulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum non dum lineorum pannorum, qui corpora a ſorditie tuentur, vſus inuentus; aut ſaltem infrequens eſſet magnaque ex parte corpora nuda ferrẽt a puluere, & omni alia illuuie cõſpurcabantur, atque inde vel ſaltem ter, quaterúe in menſe, vel ſi ſemper mundi cęnare gaudebãt, ſingulo quoque die lauari cogebantur: quod poſteriores, qui in gymnaſijs ante exercitationes vngebantur, & puluere, ac ſudoribus conſpurcabantur, ad eluendas ſordes factitaſſe ſemper, & ob id in ipſis gymnaſijs balnearum vſum inuectum rationi conſentaneum eſt; ſicuti namque primi illi lo-

C

cum, vbi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum conſtitue D
runt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas ſordes ire
Libro. 1. de re milit. cogerentur, quemadmodum ſcribit Vegetius, ita poſtquã gymnaſia ob
exercitationes inſtituta fuerunt, æquum erat, & balnea ibi ad mundan-
da corpora conſtruere. Ab hoc autem vſu etiam ſemel tantum in die cœ-
nandi, & in ſtratis dum cœnarent accumbendi, vt inferius copioſe de-
monſtrabo, conſuetudo introducta fuit. Poſteriori tempore maiorẽ ho-
minum partem balneis ob delitias, atq; mollitiem vſam eſſe clare con-
ſtat, & præſertim tepidis, quibus exiccatas, & ab exercitationibus, vel ſo-
le, vel frigore ardentes corporis partes attẽperabant. Balneis aliquos vti
conſueuiſſe, quòd non poſſent, neque ferrent cibos capere niſi loti au-
In libro de tu. ualet. ctor eſt Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de cauſſa interijſſe ex
relationibus eorum, qui ægrotanti miniſtrarunt, prodidit. Quòd etiam
qui inualidum ad concoquendos cibos ventriculum habebant, eius cor
Aetius li. 6. cap. 10. roborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Poſidonio medico E
relatum eſt; vt nõ temere Plinius in medicos inuectus ſit, quòd perſua-
Lib. 29. cap. 1. ſiſſent balneis ardẽtibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non
minus validus exiret, obedientiſſimi vero efferẽtur. Summatim ob qua-
tuor cauſas balnea in vſu extitiſſe ſcribit Clemens Alexandrinus ἢ κα-
θαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, ſiue ob
corpora mundanda, tepefaciendaúe, ſiue ob ſanitatem, ſiue ob volupta-
tem. Calidis balneis vtebantur Maiores ad leuandas laſſitudines necnõ
Lib. 3. pæd. ag. ca. 9. ad corpora emollienda quæ ideo ἀνθρωπογναφεῖα vocarunt. Cali-
dis & tepidis ad conciliandum ſomnum; Frigida lauabantur & ob vo-
luptatem, & vt robuſtiores redderentur, calorque naturalis intrò repul-
ſus maior euaderet; præterquã quod etiam (vt referunt Plinius, & Aga-
thinus apud Oribaſium) ad prorogandam vitam, multamque alia præ-
Lib. xxviij. cap. 4. lib. x. colle. cap. 7. ſtanda frigidam lauationem conferre opinati ſunt; hęc enim de ſeipſo re-
fert Agathinus. Equidem ſæpenumero a cæna cum ægre in ſomnũ de-
labor, propter æſtum, in frigidam deſcendere conſueui; & mirabile eſt F
quàm iucundam noctem tranſigam. Qui balneas ingrediebantur pu-
blicas, ante decimum quartum annum nihil ſoluiſſe teſtatur Iuuenalis.

Sat. 2. *Nec pueri credunt, niſi qui nondum ęre lauantur*

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadranta-
riam vocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum

Sat. 6. *Rex ibis* & Iuuenalis.

Cædere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur tamen Martialis, quòd pluris ſibi balnea conſtarent vbi ſcri-
Lib. 10. bit Balnea poſt decimam laſſo, centumque petuntur
Quadrantes. Quod forſan vel ob diuturnio-

rem.

A rem moram, vel alterius rei gratia, & ipſi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat eſt quadrantem commune pretium fuiſſe: quin & Antoninum Pium balneum ſine mercede populo conſtituiſſe tradit Iulius Capitolinus, propterea cùm ita vili pretio liceret, nullum genus hominum à publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, viri, ſenes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: ſed præ cæteris, phonaſchos, cytharœdos, pcones, tragœdos, comœdos, frequentare balnea ſolitos refert Gal. quòd vocem ob læſam, & aſſiduis vocibus exaſperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramque ſeruabant. Hoc ſimiliter videtur Martialis in his de Menophilo verſibus ſignificaſſe 3.de comp. med.ſ.G.

Menophili penem tam grandis fibula veſtit Lib.7.
Vt ſit comœdis omnibus vna ſatis
Hunc ego crediderã(nam ſæpe lauamur in vno)
Solicitum voci parcere Flacce ſuæ,
B *Dum ludit media populo ſpectante palæſtra,*
Delapſa eſt miſero fibula, verpus erat

Qui Menophilus comœdus erat, & ſicut cæteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque ſæpe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedæmoniorum in balneis gymnaſiorum lauari conſueuiſſe perſpectum eſt, & nedum in his, verum & vnà cum viris promiſcuè: quod tamen non in cunctis eueniſſe credendum eſt, quando Heſiodus ſcriptor antiquiſſimus balnei muliebris mentionem ibi facit In fine. & ope. & die.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, vir vbi & fœminarum lauationes etiam antiquitus apud Græcos diſtinctas fuiſſe, & viris eas ingredi ob ſalubritatem vetitum apparet: quòd præter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menſtruis recrementis effluxus quidam exeant vt Proclus meminit, quibus ſi viri inficiantur, tam p aquæ communis, quàm per ſolius aeris ingreſſum ſtatim eorum ſanitas
C inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem vtrunq; ſexum promiſcue lauandi conſuetudo fuerit neque proſus inficiari, neque affirmare audeo: quoniam ex vna parte grauitati, atque priſcæ illi educationi Romanæ minimè conueniſſe videtur: ex altera Varronis teſtimonium mulieres vnà cum viris ſi non eodem lauacro, eodem ſaltem loco etiam antiquitus lauiſſe comprobat, qui libro de analogia ſecundo tradit in balneo coniuncta fuiſſe ædificia bina, vnũ vbi viri alterum vbi mulieres lauarentur: præterea C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem confirmare videtur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: lib.10.ca.3.
» pudor enim non patiebatur vtrumq; ſexum ſimul lauari, ſed commoditas coniungi deſiderabat: nisi dicamus iſta omnia non de publicis balneis, q̃ tunc vel nulla, vel anguſtiſſima, & villiſſima extitere, ſed de pri-

lib.5. c.10. natis eſſe intelligenda, quemadmodum forſan Vitruuius intellexit, vbi D vtriuſque ſexus lauacra coniungenda monſtrauit, verum enim vero poſterioribus ſæculis mulieres promiſcuis balneis vſas eſſe quàmplurium probatiſſimorum auctorum teſtimonijs comprobari poteſt, inter quos

Sat.6. primò ſeſe offert Iuuenalis, qui diſſolutos Romanarum fœminarum mores carpens hæc ſcribit

Grauis occurſu, teterrima vultu
Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moueri
Nocte iubet, magno gaudet ſudare tumultu,
Cum laſſata graui ceciderunt brachia maſſa
Callidus & criſtæ digitos impreſſit Aliptes,
Ac ſummum dominæ fæmur exclamare coegit,

ex quibus neminem eſſe exiſtimo, qui non videat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuiſſe, ibique & exercendo, & lauando ſine pudore vllo ſe viris immiſcuiſſe: quod ſimiliter eius tempeſtate Martialis confirmauit E

Omnia fœmineis quare dilecta cateruis
Lib.11 *Balnea deuitat Blatara?* &
Cum te lucerna balneator extincta
lib.3. in vetuſtinam. *Admittat inter buſtuarias mœchas*

Clemens Alexandrinus qui ſub Antonino & Seuero floruit in eo quẽ
lib.3. c.5. pædagogum inſcripſit commentario non modò fœminas communes viris balneas atque publicas in vſu habuiſſe teſtatur, ſed omni pudore depoſito externis quibuſque libidinis gratia ſeſe nudas in ipſis ſpectandas præbuiſſe: Quos mores poſtea deteſtans Cæcilius Cyprianus hæc in libro de virginum habitu ſcripta reliquit. Quid verò quæ promiſcuas
» balneas adeunt: quæ oculis ad libidinem curioſis pudori ac pudicitiæ di
» cata corpora proſtituunt, quæ cum viros, ac a viris nudæ vident turpi-
» ter, ac videntur, nonne ipſæ illecebram vitijs præſtantur, cui ſententiæ
» multa etiam ſimilima a D. Hieronymo in Epiſt. ad Lætam de filiæ inſtitu F
tione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perſpectum eſſe poteſt, non pauco tempore eum morem & Romæ, & alibi perduraſſe, vt fœminæ atque viri in promiſcuis balneis lauarentur: quando etiam non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint qualis fuit Hadrianus princeps, quem ſcribit Dion Caſſius viros diſcretos a fœminis lauari voluiſſe ſicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiſcua ſuſtuliſſe eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuiſſe refert Capitolinus & Lampri-
« dius, ob quod item aliquando cenſoria lex lata traditur, vt mulie-
« res a promiſcuis balneis abſtinerent, nec commune lauacrum cum viris libidinis cauſa intrarent, ſub repudij, & dotis amiſſionis pœna quod

poſtea

D A poſtea in l.fin.tit.de repud.& in autentico de nuptijs pro ſancito receptum fuit. Qua ratione fieri poteſt, vt balneæ aliquæ muliebres in fœminarum dúmtaxat vſum fuerint extructæ quales Agrippinæ Auguſtæ Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priſcillam trans Tiberem ad euitandum forſan hominum conſpectum habuiſſe refert Victor. Tempus lauandi penes veteres, quemadmodum narrat Seneca ita fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: toti nundinis ſolùm lauabantur. Cæterum poſt, M. Pompeij ætatem cæperunt ſingulis diebus toto corpore lauari. Hora verò vſque a temporibus Homeri ferè a pluribus obſeruata fuit paulò anteq̃ cibus ſumeretur; nõ deerant tamen Galeni tempeſtate qui etiam a cibo nulla valetudinis habita ratione lauarentur, ob quod ipſe rigorem ſine febre viſum tempore ſuo narrat, quem ætate antiquiorum medicorum curari, poſt cibum lauarentur, non eſſe viſum ſcribit: Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebatur, déinde balnea ingrediebantur, nonnulli ſine exercitationibus lauabãtur, adnotauit Galenus antiquos poſt pilæ ludum calidis balneis lauari conſueuiſſe, quod ſimiliter ante illum innuiſſe Martialem eo verſu videri poteſt. Epiſt.87. Lib. de tre. rig. & ſpoſ. In li.de par uæ pile ludo.

B

Redde pilam ſonat æs thermarum, ludere pergis? Lib.14.
Virgine uis ſola lotus abire domum

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodam ſignificabatur quò pilæ luſores, atque alij exercitatores ſtatim accurrerẽt: alioqui in gelidiſſima virgine, quam & tactu iucundiſſimam, ſicut hauſtu Marciam refert Plinius, iam clauſis thermis lauabantur. ſcribit enim Capitolinus ante Alexandri Seueri tempora nunq̃ thermas ante aurorã apertas fuiſſe & ſemper ante ſolis occaſum claudi conſueuiſſe, ipſumq; Imperatorem publicarum thermarum luminibus oleum addidiſſe quo & in nocte paterent. Non me latet quoſdam alijs horis lauiſſe, ſed vel extra gymnaſia, vel in gymnaſijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, C vel conſuetudinis, vt ſcribit Martialis de Fabiano. Lib. 31. c.5. Lib. 5.

Laſſus vt in thermas decima, vel ſerius, hora
Te ſequar Agrippæ, cum lauer ipſe Titi Hoc certũ eſt, quod Vitruuius loco citato memoriæ mandauit tempus lauãdi maximè a meridiano ad veſperam fuiſſe conſtitutum: quum enim ſemel dúmtaxat in die ſaturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipſo opportunius habebatur, quod circa octauã diei horam paulò ante cœnam erat, vt Martialis teſtatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua paleſtris, & Lib.4.
Octauam poteris ſeruare lauabimur vna. Lib.11.

Hadrianus Cæſ. referente Spartiano ante octauam horam neminem niſi ægrum lauari voluit, quam horam etiam Iulium Cæſarem prioribus

Lib.13.Ep. ſæculis ſeruaſſe conijcere poſſumus ex Epiſto.Cicer.ad Atticum, vbi de D
ultima. Cæſare loquens, hæc ait. Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad ho
» ram ſeptimam, nec quemquàm admiſſit, rationes opinor cũ Balbo; in-
» de ambulauit in litore, poſt horam octauam in balneum, tum audiuit de
» Mamurra non mutauit; vnctus eſt, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucũdè; ſed an perpetuò illam vitæ rationem ſeruaret Cæſ. haud clare ex eo loco habetur; quandò eius ſolius diei rationẽ exponit, in qua is ſecundum multorum conſuetudinem vomere deſtinauerat, atque ob id ἀδεῶς. i. ſine timore, & iucundè ederat, biberatq́;,

Hippoc. in lib. de ſal. dieta & ibi Gal. vt (quod erat medicorum præceptum) varij generis potu, ciboq́ue repletus poſſet, dum iret dormitum, vomere, ita nanque locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quòd ſicuti διαιτητικὴ a Græcis ſimplici vocabulo dicitur ea medicinæ ratio, quæ in rebus ad humanum victum ſpectantibus ſita eſt, & κενωτικὴ, quæ ad exinanitiones pertinet; haud ſecius ἐμετικὴ, eſt illa ἀγωγὴ ſiue ratio, quæ in rebus, & modis vomitum parantibus collocata eſt. Tot itaque de balneis gymnaſiorum, ac priuatis breuiter dicta ſufficiant, quorum vſus cũ apud antiquiores rarior eſſet. Aſclepiades Pruſienſis ætate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quæſtum trahens, cum ad medicinam ſe contuliſſet, in eaq́; magnam gloriam, & auctoritatem ob blandimenta, quibus ægros curabat: ob perpetuam ſanitatis firmitatem: & quòd Romæ quendam pro

lib.2.ca.6. 4.Flor. 27.na.hiſt. cap.3. mortuo ad ſepulturam elatum miro gẽtium ſtupore, vt Celſus, Plinius, & Apuleius tradiderunt viuere cognouerat, breui comparaſſet, eorum vſum frequentiorem reddidit. Vndecima ac vltima gymnaſiorum pars erat ſtadium, vbi tempore ſereno hyeme, atque æſtate athletæ exercebantur, quod ſiue prope extremos muros, ſiue periſtylia extrueretur, ſemper xyſto contiguum locabatur, adeoque latos margines, & vias circundatas habebat, vt ſpectatores, qui ſemper eò plurimi confluebant, athletas certantes intueri poſſent, quamquam ſtadium etiam locum quendã alium extra gymnaſiam fuiſſe puto, vbi curſores, ſaltatores, atq; alij, quibus vel non licebat, vel non placebat adire gymnaſia exercebantur. Hactenus de antiquorũ gymnaſijs: ad reliqua modò accedamus illud prius addentes, alios item in publicis gymnaſijs locos extaſſe veluti coquinas, latrinas, triclinia, lignaria, atque huiuſcemodi de quibus ſermonem facere non placuit, quòd forent tanquam additamenta, quædam aut gymnaſiorum perfectioni minimè neceſſaria, aut ſaltem ad inſtitutum noſtrum non pertinentia.

E (right margin, beside "modis vomitum")

F (right margin, beside "alium extra gymnaſiam")

De

A *De accubitus in cœna antiquorum, & ſemel dùmtaxat in die cœnandi conſuetudinis origine. Cap. XI.*

QVoniam balneorum explicatorum occaſio iam ſuadet, noſq́; ſupra polliciti ſumus de cęnandi ſemel in die, & in cęna accumbendi antiquorum conſuetudinis origine ſermonē habere; & ſi extra rē noſtram videatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud prætermittendum eſt, quin ſententiam noſtram in medium proponamus, aliàs eam libétiſſime mutaturi ſiquis meliori indicio, ac eruditione præditus, veriorem aliquā, & magis rationi conſentaneam demonſtrauerit. Quòd etenim maiores noſtri mane exiguum quid comederent, quod prandium vocabant, & veſpere tantùm ſaturarentur, dum cęnare dicebantur (exceptis iis, qui coitu vſuri erāt, quibus a medicis veſpere cęnare interdictū fuiſſe ſcrip B ſit Ariſtoteles, & exceptis Syracuſanis, quos bis in die cibis impleri, qua ſi res noua eſſet, relatum fuit a Platone) ſatis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum eſt: quòd ſimiliter ferè omnes dum cęnabant in ſtratis accumberent, præter lapides Romanos id clarè oſtendentes, doctiſſimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, vt id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit: Ceterum vnde nam hæ duæ conſuetudines principium acceperint, nemo, quem ego viderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus oſtendere aggreſſus eſt. Quod vel ob rei obſcuritatem, vel ob neglectū euenerit, ignoro Ego ſanè vtraſque illas, & accubitus ſcilicet, & vnius in die cęnę conſuetudines a balneorum vſu manaſſe exiſtimo; & primò quod ita de accubitu ſentiam, pluribus, iiſq́ue non ſpernendis coniecturis adducor; quarum prima eſt, quòd Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis vtebant, cęnaturi ſedebant, vt in conuiuio Procorū apparet.

3. partic. Prob. 32.

Epi. ad Dionem.

1. Odyſſ.

C
ἐς δ᾽ ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε
id eſt
At Proci ingreſſi ſunt, qui mox inde ſuperbi
Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis

& vbi Telemachus, eiusq́ue ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt lotionem cęnant ſedentes.

ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον
id eſt
Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paulatim balneorum vſu, vnà quoque huiuſcemodi accubitus incrementum præſertim

apud Romanos cœpit;neq; tñ multùm,quandò ſcilicet viri tantùm, & D
10.Etymo. 1.dip.noſ. non mulieres,vt Vitruuius, Valerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati
ſunt,accumbebant,nec cum ipſis lauabantur. Et ſi Tyrrhenos vnà cum
mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſſe legatur apud Athenæum.
Nam & Ariſtotelis tempore Græcos diſcubuiſſe in publicis cęnis credi
poteſt ex eius in.7.Polit.ſcriptis vbi puerorum inſtitutionem tradés Iu-
nioribus præcepit, ne tragœdias, aut iambos audirent, priuſquã in com-
meſſationibus cum alijs diſcũbere (κατακλίσεως voce vtitur) valerent: a
Pompeij verò magni ætate vſque ad Galeni, atq; etiam Conſtantini Im-
peratoris tempora,cùm in frequentiſſimo vſu balnea eſſent, ne dùm pe-
nes diuites,atque nobiles,verum etiam quoſcunque alios, tunc omnes
ferè,atque etiam mulieres cęnantes ſimul accumbebant, ſicuti hiſce ver-
ſibus innuit Ouidius.

2.de arte amandi.

Ergo vbi contigerint poſiti tibi munera Bacchi
Atque erit in ſocij fęmina parte thori: &
Cum premet ille torum vultu comes ipſa modeſto E
Ibis, vt accumbas,.

lib.1.amorum. Eleg.4. lib.2.c.2.

& ſicuti Valerius idem de ætate ſua ſcribit. Quãquam diuerſo ſitu mu-
lieres a viris accubuiſſe ſemper arbitror: non ſolùm, quòd honeſtatis,
atque dignitatis vtriuſque ratio ita poſtulare videtur, ſed quia in Roma
nis lapidibus, in quibus mulieres cum viris accumbentes repręſentant:
illæ certe figura quadam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſique ſeden-
tes,& nulli alteri rei cubitis innixæ accumbentes, & edentes conſpiciun-
1.Symp. Prob.6. tur: de viris autem ſcribit Plutarchus eos in principio cęnæ cubito ſini-
ſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) menſam, vt plurimũ
tetigiſſe: quò ſola dextera manu illam circumire poſſent; in fine verò ſe
ipſos in latus ita, vt acutam corporis figurã redderent, vertiſſe. οὐ κατ'
ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους.i. non ſecundum
latitudinem, ſed longitudinem locum tangentes. Itaq́ue cum & lauan-
di, & accumbendi mores ſimul introduci, augeriq́ue cęperint, veriſimi- G
lè videtur, alterum eorum ab altero ortum duxiſſe, non eſt dicẽdum ab
accubitu balnea vt potè valde antiquiora ortum duxiſſe: igitur remanet
vt accubitus a balneis principium habuerit. Secunda ratio eſt, quòd ve-
teres vſque ab Homeri temporibus ſtatim poſt balnea cenitabant, qui-
nimmo ex locis Homeri a nobis ſupra citatis clarè elicit, mẽſas prope lo-
cum vbi lauabantur, parari ſolitas fuiſſe; ex quo ſi commoditatis, volu-
ptatis, ac valetudinis rationes conſideremus, valde rationi conſentaneũ
erat illos præſertim, quibus priuata erant domi balnea, iam lotos, & de-
terſos, ne noxam vllam incurrerent; ſed laſſitudinem effugerent, lectu-
los ingredi, a quibus non diſcederent, ſed mox prope menſas, & cęnam
parari curarent, ſicque comederent, perinde ac tempeſtate noſtra maior

pars

A pars eorum medicorum ſaciendum iubet, qui aut valetudinarios, aut
etiam ſanos lauari mandant, nam κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos
Homerus ſedere facit, dum cęnant, haud multùm lectulis accubitorijs
diſſimiles erant, vt hinc quoque conijcere valeamus, tunc accumbendi
morem principium quoddam obſcurum habuiſſe; quod poſterioribus
deinde ſęculis paulatim creſcens in eam formam terminatum ſit. Nam
& Plinius hoc innuere voluiſſe mihi videtur, quando nonnullos vino li. 14. c. 22.
nimium deditos improbat, quòd poſt balnea lectos ingredi prius, tuni
camq; induere non paterentur; ſed nudi protinus ad bibendum accur-
rerent. Accedit tertia ratio, quòd cùm neque ob voluptatem, commodi
tatemúe vllã aliã, aut honeſtatem ita accũbere inchoarint, q̃n ſi ſedẽtes,
aut accũbẽtes in cęnãdo inuicẽ cõparemus, illi valde maiori cõmoditate
facilitate, dignitate, ac honeſtate vtunť; quã accumbentes, conijciendũ
vř aliqua alia iuſta rõne cõſuetudinem illã inuectam fuiſſe; quæ opinio-
B ne mea, nulla alia fuit, niſi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offen-
derentur, laſſitudinemúe incurrerent, & vt humectatione balnei magis
fruerentur, lectos ingrediebantur; atque ibi vel lacerna induti, vel nu-
di, vt in marmoribus aliquibus oſtenduntur, menſas ſibi ipſis apparari
iubebant. Ex quo paulatim huiuſcemodi conſuetudine creſcente factũ
fuit, vt non modò ſemper menſæ, & lecti ſimul pararentur, verum etiã
magnum dedecus foret, ſi quis cęnans non accubuiſſet, vt Martialis ſi-
gnificauit, vbi Syriſcum damnat quod in popinis ſellularijs non accum
bens cęnaret. Quòd ſi quis ſententiæ noſtræ id refragari velit, quòd veri
ſimile nequaquam videtur in epulis publicis, in nuptijs, in cęnis priua-
tis, ſemper balnea ante cęnam adhibita, vt eorum gratia in lectis accum-
berent; & quòd magna pars hominum in publicis balneis gymnaſiorũ
lauabantur; in priuatis verò domibus cęnabant; vnde neceſſe erat exeũ
tes ab ipſis indui; & præterea minimè credendum eſſe, artifices, & om-
nes denique qui accumbendo cęnabant, ſemper antea lauiſſe, quando
C præſertim, & ex Terentio, & ex lapidibus Romanis ſcitur accubituris
ſoccos detrahi ſolitum; quod argumentatum eſt, eos non ſemper a bal-
neis tunc diſceſſiſſe; & quando ſimiliter conſtat triclinia a balneis ſepa-
rata fuiſſe, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormie-
bant, diuerſos extitiſſe. Huic primùm reſpondeo, minimè mihi plene cõ
ſtare, quod omnes indiſcriminatim ſemper accumberent, vti certum eſt
de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas habebãt,
quando Horatio priuatam ſui ipſius viuendi rationem exponens, accu- lib. 1. Ser.
bitus, nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in ſellula- ep. 6.
rijs vocatis tabernis comedebant minimè accubuiſſe ſignificat, vbi de
Syriſco in hunc modum loquitur.

Infuſum ſibi nuper a patrono

Plenum

Plenum Maxime centies Syriſcus D
In Sellariolis vagus popinis
Circa balnea quatuor peregit
O quanta eſt gula centies comeſſe.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed eſto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minimè negari poteſt, quum vel rariſſimè, vel nunquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atq; nuptialibus conuiuijs, fateor quidē omnes in ſtratis tunc accubuiſſe, haud quaquam tamen iure quis inficiabitur, quòd etiam quilibet antè ſeparatim, aut ſimul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur, immo veriſimile ſit, acceſſuros ad publica, vel priuata amicorum conuiuia prius ſe lauiſſe, ne ſordibus in die neceſſitate quadam contractis infecti, cęteros mundiores perturbarent, & propterea ipſis nunquam non ſtratos fuiſſe lectos. Addo huic nequaquam E me ſentire poſterioribus ſæculis omnes propterea accubuiſſe cęnantes, quia ſtatim balneis exirent, ſed exiſtimo accubitus originem inde emanaſſe, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram laſſitudinem vitandam poſt modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modò nudi, modò lacernis, alijsúe in id paratis veſtibus induti cęnarent; atque inde mox aucta balneorum conſuetudine vſque adeò accumbendi morem creuiſſe, vt nobiliores in delitijs maximis eum habentes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id ſeparatim extrui curarint, neque in ijs (in quibus quamplures, vt de Lucio vero Imperatore tradit Capitolinus, & præſertim pauperes etiam dormire cōſueuiſſe puto) ſed in cubicularijs, vocatis dormire voluerint, quem morem accumbendi poſtea viliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis quàm illoti, ita frequentiſſimum effecerunt, vt Columella præcipere coactus ſit, ne villicus niſi ſacris diebus accumbens cęnarent; in qua re non ſecus contigit, F ac eueniſſe conſpicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quæ in honeſtum vſum, & quaſi neceſſitate quadam primū repertæ, deinceps ad luxum, laſciuiam, voluptatem, aliosq; vſus traductæ fuerunt. Quis eſt, qui neſciat veteres in conuiuijs omnes propè excogitaſſe voluptates? nihilque reliquiſſe, quod ad deliniendos animos faceret? ſic enim ſermones conuiuiales ad animi intelligentias afficiendas magno ſtudio inuenerunt, ad auditum oblectandum muſicæ varia genera adhibuerunt, vnguenta pretioſiſſima odoratui dicarunt, ſicut, & coronas ex ſolijs, floribusque contextas, quas modò manibus, modò collo, modò capite vt lapides Romani, Plutarchus, & Galenus teſtantur, tenebant; quò fragantia, & colore naribus, atque oculis arriderent, ſomnū conciliarent, ebrietatem.

lib 11. de re ruſt. c. 1.

1. Symp. Prob. 1.
6. de ſimp. cap. de anetho.

D A tatem vitarent: quantum porrò cibis, & potibus delicatiſſimis conquirendis ſtudium adhibuerint, non modò fidem faciunt ſexdecim illa edu liorum genera, vt ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romam aduecta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, verum etiam multa, & propè innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenæo citata. De antiquorum in die ſemel tantùm cęnandi conſuetudine, eius etiam opinionis ſum, quòd quum ad emundanda corpora quotidie ante cibos, vt ſuperiori capite diximus, veteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, vix ſemel comedendi in die otium ipſis ſuppetebat; quoniam ſi priuata cuiuſque negotia ſpectemus, ſi & exercitationum, & balneorum, accubitusq; apparatum conſideremus, magna temporis pars ipſis inſumitur, vt ſi bis in die ſaturari voluiſſent, aut negotia omittere, aut balnea interdum ventre pleno adire, aliosq; multos errores, & in valetudine, & in alia vitæ ratione com- lib. 7. c. 16.

B mittere fuiſſent coacti. Comedendi verò horam, & modum a balneorũ tempore, atque commoditate metiri inſtitutum fuiſſe poſſumus a Galeno intelligere, qui ſi interdum ob ægrotantium inſpectiones tardius ſe lauandum dubitabat, panem mane ſumebat, quò cęnæ tempori ſufficere valeret, quando alij ſimili de cauſa, panem, vinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, vti non modò Galenus faſſus eſt, ſed etiam Horatius, vbi de ſe ſcribit. 6. de cu. ra.

Pranſus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare

Quòd porrò veſpertinam horam cęnæ dedicarint in cauſa fuiſſe præcipuè vitæ commoditatem exiſtimo; ſiquidem difficile fuiſſet poſt exercitationes balnea, & cibum agendis rebus operam nauare; præterea cùm accùbentes cęnarent, alij ſtatim ſomno capiebantur, alij modico temporis ſpatio vigilantes dormitum ibant, ex quo ad hęc omnia nulla opportu-

C nior hora, quã veſpertina inueniebatur, q̃q̃ etiam nõnullos, & præſertim medicos in hoc valetudinis quoq; rõnem ſpectaſſe opinor, qñ in nocte melius, quàm interdiu, cibi conficiuntur. Hæc ſunt quæ de accubitus, & cęnę antiquorum origine mihi παρέργως dicenda volui, aliàs ſi, & valetudo, & tempus dabunt copioſius in aptiori loco ea declaraturo.

De Auctoribus Gymnaſticæ, & gymnaſiorum miniſtris. Cap. XII.

QVemadmodum cęteræ artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque vſum ſcriptis mandarunt; ſimiliter gymnaſticam illis nequaquam caruiſſe conſtat, qui & ipſam voluminibus illuſtrarint, & ab obliuione vindicarint; ſed factum eſt, vt quam iacturam plurimę res hominum ſubierunt,

ſubierunt, iſti quoque auctores fecerint, quando quidem hiſce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores vidiſſe, ac lectitaſſe certò ſcimus. Quis ætenim ętate noſtra Hippocratis, Dioclis, Praxagorę, Philotimi, Eraſiſtrati, Herophili & Aſclepiadis de hac re ſcripta a Græcis, atque Latinis auctoribus citata vidit? quorũ præclariſſima commentaria niſi hodie deſiderarentur, forſan, hæc ars, quæ iam dudum penè abolita eſt, non minus cęteris dignitatis, atq; ſplendoris haberet, neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi aſſumeremus: prætereo Theonis de hac eadē libros, Diotimi gymnaſtæ de exercitationibus, & ſudoribus a Theophraſto celebrata commentaria, quibus dum nos carere conſidero, non magnopere cõmoueri nequeo, atq; interdum etiam ab incępta opera valde deterreri; ſed hęc dimittētes iam gymnaſiorum miniſtros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnaſiarchus, cuius munus erat toti gymnaſio præeſſe, & veluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas præſcribere, ordinem ponere, & alia denique quæ ad artium, & locorum publicorũ principes ſpectant, ſedulò curare hunc Lydus pædagogus apud Plautũ gymnaſij præfectum vocauit, his verbis Ante ſolem exorientem niſi in palæſtram veneras: Gymnaſij pręfecto haud mediocres pęnas penderes; de hoc, & Cicero in ſexta Verrinarum: demoliendum curauit Demetrius gymnaſiarchus, quòd is loco illi præerat, ſecundum locum habebat xyſtarcha, hic ambobus xyſtis, ſtadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus præerat, vt ſcriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & vt ex inſcriptione conijcitur, quę Romæ in foro Traiani in baſi ſtatuę Gręcis litteris notata a nobis ſic latinę reddita eſt.

In Bacch. ,, ,, ,,

Demetrium Hermopolitam, Alexandrinum, Pancratiaſtem, curſus victorem, Palæſtritam admirabilem, aliptam, Pontificem, totius Xyſti perpetuum xyſtarcham, balneis Auguſti pręfectum. Patrem.

Marcus Aurelius Aſclepiades, qui & Hermodorus Alexandrinus Hermopolita, magni Sarapidis Ædituus, Pancratiaſtes, curſus victor, Alipta, quem nemo detrudere poterat, inculpatus xyſtarcha perpetuus, filius. Pontifex totius xyſti perpetuus xyſtarcha, & balneis Auguſti Pręfectus.

Ab hoc ſententia mea diuerſus fuit Pręfectus luctę a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος vocatus, qui përinde, ac Pędotriba quidã luctãtium dũntaxat magiſter erat, cum xyſtarchus plurium exercitationũ moderator, victorumque, & omnium præmiorum decernendorum iudex foret: nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos cuſtodem palæſtre dicere poſſumus; quòd non ſolùm ipſe luctaretur, verum etiam palęſtræ curam haberet. Poſt hos aderat gymnaſtes, quem Galenus ſecũdo de tu. val. voluit, magiſtrum omnium exercitationum extitiſſe, qui eorum vires, ac potentias ad ſanitatem conducentes callens, quomodo fieri deberent,

6. epidim. ſect. 8. pro pe finem.

A rent, quã diu, & quæ quibus conuenirent, tam athletas, quàm cęteros omnes exercitatores edocebat, hunc Xenophon, vt refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato verò Pedotribam. referente Galeno vo care maluit; is enim in tertio de republica Herodicum medicum qui pri- In lib. ad
mus gymnaſticã medicinæ iũxit, Pædotribã noĩauit, & in Protagora ita Thraſ.
ſcriptũ reliquit ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβους, πέμπουσιν, „
ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. p̄- „
ter hęc adhuc ad pædotribas mittũt, vt corpora meliora habentes menti bonæ exiſtenti inſeruiant. Ἀλείπτην quoq; ab Ariſtotele. 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Ægineta Ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem vo- lib. 3. c. 47.
catum reperio, ſi quidem Celſus vbi dixit ſanum hominem nullis ſeſe le- lib. 1. c. 1.
gibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere voluit; ſicuti etiam Cicero in epiſtola quadã ad Lentulum, in qua hęc ſcripta reperiũtur, Sed vellem non ſolum ſalu
B tis meæ quemadmodum medici, ſed etiam, vt aliptæ, virium, & coloris „
rationem habere voluiſſent: q̃q̃ etiam aliquando pro vnctore ipſo, vel „
pro vnctorum magiſtro aliptam accipi ſciam, vt apud Plutarchum in libro de tuenda valetudine, & Cælium Aurelianum ſępius videre eſt, quo in caſu Hippocratem ἰζαλείπτην potius dicere voluiſſe notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat Pædotriba, qui licet ſecũ dum Platonem ab eo differre non videretur, Galenus tamen eos valde In lib. ad
diuerſos fuiſſe ſcribit dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Pædotri- Tharſ.
bam militi, & coquo aſſimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat; nam ſicuti miles nihil eorum, quæ ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quæ ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter medici dúmtaxat mandata exequitur, pariter Pędotriba exercitationum omnium facultates ignorabat, gymnaſtæq; præcepta ſolùm faciebat, vt potè qui & vſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorãtiam ſæpenumero aberraret, vt innue-
C re voluit Galenus in libello de puero Epileptico, vbi dixit difficile fuiſſe prudentem pædotribam inuenire: hanc gymnaſtæ, & pædotribæ differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe videtur, dum. 8. Politicorum concludit Adoleſcentes gymnaſticæ atq; pædotribicæ tradendos fore, quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, al tera operationes; & quarto Politico. loco antea citato dicit μηδὲν ἧττον Cap. 3.
τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμνασικοῦ παρασκευάσαι τι, καὶ ταύτην εἰσὶ τὴν δύναμιν, Gymnaſtes itaq; erat prędectus exercitationum, pædotriba verò miniſter, & panifici, coquo ac ædificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, ædes ſcientibus quidẽ, minimè tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum intelligentibus, quamúe facultatem ipſorum vnumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus.

bus. Hæc duo nomina apud Homerũ non exiſtere narrat Galenus, quòd D
vt antea declarauimus, ſemina dũmtaxat artis gymnaſticæ tunc temporis apparebant, neque ars ad regulas ac formã redacta, & próinde neque artifex, & miniſter erant. Aderat & Sphæriſticus eorum, qui pila ludebant, inſtitutor ac veluti pædotriba, quiùe, ſecundum Galenum omnẽ pilæ iactum, exceptum, repulſumúe callebat, minimè tamen quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad præſcriptum gymnaſtæ, aut pædotribæ modò nudis manibus, modò vnctis, modò cum linteis aliàs duris, aliàs mollibus, aliàs aſperis, aliàs mediocribus, variò, ac diuerſo modo, ꝓut opus erat corpora fricabãt. Poſt hos erãt & reunctores ita a Plinio, ac Celſo nũcupati, q corpora iam exercitata vngerent, reungerentúe, hos, fuere qui crediderint, a Paulo Ægineta ἰατραλείπτας vocatos, ſed decepti ſunt, cũ alium fuiſſe ab his ἰατραλείπτην oſtenderemus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauimenta euerrentes, necnõ multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Aderant ſerui balneares lotos, in balneis primò cũ E
ſpongijs, modò purpura tinctis, vt refert Plinius modò candefactis, deinde cum linteis exiccantes: hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi qui ſphæris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum extingueretur quicquid alij dicant, qui pro pilicrepis luſores pilæ vtpote obſtrepentes intelligendos putant, male ſententias Martialis & Statij de quibus nos locis ſuis loquemur, interpretantes. Alipili qui (vt refert Seneca, ad vellendos ab aliquibus corporis partibus, & præſertim alis pilos adhibebantur) niſi velimus, vt docti viri cenſuerunt, pedierepos, & alipedos apud Senecam legere quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna voce ſingulos enumerarent, ita vt Seneca ab huiuſcemodi vocibus offenderetur, quorum tamen ſententiam non probo, quòd Iuuenalis certò teſtatum faciat, fuiſſe in thermis qui ab alis pilos auellerent, vbi ſeruos ſuos deſcribens Perſico ait F

2. de tu. val.

Lib. 3. c. 47

Epiſt. 57

Satyr. 11.

Nec pugillares defert in balnea raucus
Teſticulos, nec vellendas iam præbuit alas:

Lib. 14. cap. 10.

Atque hos modò volſellis ad id obeundum vſos eſſe: nunc reſina, (hanc enim in euellendis virorum corporibus pilis maximum honorem obtinuiſſe confitetur Plinius) nunc pſilothris, opinor Ianitores quoq; gymnaſiorum vnum quoq; habuit, Fornacatores, de quibus ſupra locuti ſumus. Miniſtrabant prætereà gymnaſijs variarum rerum venditores, vt poſſent illi, qui in ipſis verſabantur, & cupiditatibus, & neceſſitatibus ſatisfacere, inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc eſt, vt prudenter notat Rhodiginus, liba vendentes, botularij, cruſtularij. Concludo

igitur

A igitur gymnaſia hos omnes habuiſſe miniſtros, gymnaſiarcham loci principem, xyſtarchum, athletarum magiſtrum, gymnaſtã omnibus exercitijs præfectum, atque non ignobilem cum eorum facultates pro ſanitate, modum, & tempus vtendi ac alia dignoſceret: Subiecti gymnaſtæ multi erant miniſtri, pędotriba qui palæſtræ miniſtrabant, exercitationibus luctæ præfectus, ſphæriſticus, fricator, reunctor, & mediaſtinus, pilicrepus, alicrepus, Ianitor, fornacator; atque hęc de gymnaſijs antiquorum a nobis ſatis dicta ſint.

De trium gymnaſticæ ſpecierum differentijs bellica, legitima ſiue medica, & vitioſa ſeu athletica. *Cap. XIII.*

B QVicunque artem, aut rem aliquam ſibi exacte tractandã proponunt, operæpretium eſt, vt nõ modò illius naturam, atq; ſingulas conditiones explicent, verum etiam illam ab alijs, quæ ſimilem naturam perinde, ac nomen obtinere videntur, ita diſtinguant, ne lectores æquiuocatione decepti circa etiam res ipſas inſigniter decipiantur, & ideo cum nos gymnaſticam veram tractare poſuerimus, quæ medicinæ pars eſſe diffinita iam a nobis fuit, aliæque ſint gymnaſticæ circa eadem fere verſantes, neceſſium arbitror de his ipſis ſermonem facere, quo habito poſſit diuerſitas omnium facilimè internoſci: repetentes igitur quæ ſuperius diximus, tres ſtatuimus gymnaſticæ totius ſpecies gymnaſticam veram ſeu legitimam (vt Galeni more loquar) bellicam, tertiam vitioſam a Galeno nuncupatam: hæ omnes licet circa eaſdem ferè humani corporis exercitationes tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia ſingulæ inſtitutæ ſunt, magnopere, ſicut etiam ſupra monſtrauimus, differunt. Nam gymnaſtica ſimplex & medicinæ pars id ſolùm curat, vt homines exercitationum moderatarum ope, & ſanitatem acquirant tueanturue;

C & bonum habitum adipiſcantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τἀπολλά, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις. i. fateor haud multas, ſed moderatas exercitationes hominibus bonum habitũ inſerere. Hoc ita eſſe quoniam Galenus tum in libello ad Thraſibulum, tum in libris de tuenda valetudine non minus copioſè, quàm luculẽter demonſtrauit, & nos quoq; ſuperius aliqua ad hanc ſpeciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda verbis immorabor, ſed ad Bellicam tranſibo, cuius vnum ſtudium erat homines pueros atque etiam apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita diſponere, atque aptare, vt & in bello ſeſe fortiter gerere, & hoſtes propulſare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere valerent: quamuis enim hęc quoque ſicut, & ſuperior bonum cor-

In lib. de Philos.

poris.

poris habitum compararet, & ſanitatem quodammodo tueretur, quia D
tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem non eſſe ſatis aperte conſtat; quòd verò bellica gymnaſtica nullam aliam naturam habeat præter a me explicatam, locupletiſſimum teſtem Platonem in medium afferam, qui in ſeptimo de legibus (poſtquã declarauit iuuenum, & puerorum educationẽ maiorem partem in rebuspub. obtinere) decernit publicos magiſtros habendos, qui gymnaſticam pueros, atque puellas, & virgines edoceant, quòd ad aſſequendam militarem peritiam, nil melius palæſtrica & ſaltatoria gymnaſticæ partibus inueniatur, id quod etiam elegantiſſime in tertio de repub. & alibi ſæpe proſecutus fuit. Poſt Platonem Ariſtoteles ſimiliter gymnaſticam bellicam in octauo Politicorum expreſſe indicauit, vbi tam eas, quæ athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augumentationem impedire ſtudent Ciuitates, quã Lacones efferatos laboribus adoleſcentes efficientes reprehendit, eãq; E
pueris gymnaſticam tradendã conſulit, quę mitioribus laboribus, & magis manſuetis exercitationibus illos robuſtos, & in bellicis negotijs vere fortes reddere queat: de hac gymnaſtica clarẽ locutum Galenum non reperio, niſi velimus ipſum dum legitimam celebrat ſub ea iſtam comprehendere, quod & ipſa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cũcta ſua ſtudia dirigat; atque illi qui medicinæ gymnaſticæ operam nauant, etiam dum oportet, bellica vti valeant. Vegetius inter latinos quantopere conſerret hæc gymnaſtica militie quomodoque addiſcenda, atque exercenda ſit in ſuis de re militari libris luculenter edocuit, vt non ſit vlli dubitandum quin huiuſcemodi ars apud Græcas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Præter has duas eſt etiam gymnaſtica alia vitioſa, & athletica a Galeno nuncupata, quæ hominibus robuſtis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotomata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere ſolitum ſcripſit) quò in certaminibus vin- F
cere, & præmia, ac coronas mereri poſſent, operã nauabat, quamue pluribus nominibus apud auctores vocatam inuenio. Nam Græci modò ἀγωνιστικὴν modò ἱεροὺς ἀγῶνας, modò ἀθλητικὴν, modò γυμνικὴν appellant. Latini aliàs gymnica certamina, aliàs ſacra, aliàs ludos, aliàs gymnicos ludos, aliàs athleticam artem dicunt. Prout huiuſcemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, vel ſacra certamina, vel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumque exercitatores aliquando ſacrorum certaminum athletas vocatos inuenio, vt apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύοντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως. i. quemadmodum gymnicorum certaminum athletæ facilè primas tenentes, exercitationem contemnunt

A temnunt, alij verò nominibus vocabantur, quando aut in ampitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnaſijs, vel alijs publicis locis exercitationis gratia duntaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes ſecundum Iulij Pollucis ſententiam huiuſcemodi certatores commune habuiſſe reperiuntur, quòd athletæ vt plurimum vocati ſunt ſimplici nomine vel a fine, qui ἄθλον ſiue præmium erat, cui operã nauabant, vel ἀπὸ τοῦ ἄθλου ideſt a certamine, niſi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, ſiue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum ad ſignificandam huiuſce generis hominum incredibilẽ miſeriam; quòd tamen non eſt neceſſe credere. Dixi quoſcunque exercitatores tales gratia præmij certantes ſimplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnaſticæ bellicę profeſſoribus interdum eo nomine, ſed non ſimplici vtitur, immo ferè ſemper aliquid apponit, ſicuti in.3.de Repu. vbi athletas veros a bellicis diſtinguẽs ita inq̃t κομψοτέρας δ᾽ ἔτινος ἦν δ᾽ ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕσ γε
B ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, i. elegantiore quadam exercitatione, inquàm ego, athletis bellicis opus eſt, quos tanquã vigiles canes eſſe neceſſarium eſt, & rurſum ſeptimo de republi. τόδε δ᾽ ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; ideſt, hoc autem inter dicendum mihi in mentem venit. Nonne belli athletas iuuenes eſſe debere diximus? atque alibi ſimiliter, ex quibus omnibus apparet, quòd vbi Plato athletas appellat gymnaſticæ bellicæ exercitatores ſemper apponit, πολεμικοῖς vel πολέμου vel aliud, vt in fine ſeptimi de legibus τοῖς παρ᾽ ἡμῖν ἀθληταῖς non ob aliam rationẽ, niſi vt eos ab athletis veris diſtinguat. Quare concludens dico primę, & ſecundæ gymnaſticæ profeſſores nunquam propriè athletas vocari, ſed tantùm profeſſores, tertiæ quo nomine verè propriè palæſtritas, pugiles pancratiaſtas cæteros, gratia, præmij certantes minus ꝓpriè vocatos fuiſſe confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro, qui pa-
C læſtritæ, & reliqui, cùm id ſolùm propoſitum haberent, vt ad certamina ſe compararent, in quibus interdum totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, icciro cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiuſmodi eſt cibus ex ſuillis carnibus, quibus ſoli veri athletæ veſcebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob præmium, & gloriam certabant, in hoc a cæteris diuerſi, qđ ſolùm vincere, & coronam aſſequi ſtuderent, cum alij vel bono habitui corporis acquirendo, & ſanitati tuendæ; vel militari fortitudini, & peritiæ acquirendæ intenderent, quos ſimpliciter gymnaſticos, & exercitatos, vel athletas bellicos nuncupari inuenio; ex quo colligitur alium eſſe ſimpliciter athletam, alium ſimpliciter gymnaſticum, necnõ tres fuiſſe artes in exercitationibus verſantes communi nomine gymnaſticæ vo-

D catas.

Lib. ij.

In ſuas ad. bo. ar.

catas, quarum medica omnibus magis propriè ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quòd alij forſan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minimè, nimirum, quæ a prædictis degenerans, vitioſa appellata ſit. D

De Vitioſa gymnaſtica ſiue Athletica. Cap. XIIII.

POſtquam de bellica gymnaſtica, atque etiam de gymnaſtica ſimplici quantùm ad præſens negotium ſpectabat, ſatis diſſeruimus, iam opportunum erit de athletica ſermonem habere, quæ quoniam temporibus Galeni, atque etiam ſuperioribus maximam auctoritatem ſibi vendicauerat, ideò ei opus fuit, vt eam longiſſima oratione, atque impuriſſimis contumelioſiſſimiſque verbis inſectaretur, quod quàm ſapienter ſimul ac iuſte fecerit, ex his quæ de illius profeſſorum moribus alijsq; cōditionibus dicturus ſum, facilimè clarum futurum ſpero, & vt a principio exordiar Plinius auctor eſt gymnaſticos ludos a Lycaone, athleticam ab Hercule olympiæ inuentam fuiſſe, vt tota hæc ars duos parentes habuerit, qui tametſi inſignes fuerint, atque artem illuſtrem & admiratione dignam primò condiderint, illa tamen longo poſtea temporis interuallo, atque prauis hominū moribus ita corrupta, ac adulterata eſt, vt verius κακοτεχνίας, quàm artis nomen ei conueniſſe dixerit Galenus, ſi quidem illius exercitatores dum ſpe victoriæ, & præmij (quorum gratia qui certabant omnes, athletas vocatos propriè docuimus) corpori incraſſando, roborique comparando nimiùm incumbebant, mentem etiam craſſam, ſenſuſque omnes hebetes, torpidos, ac ſegnes reddebant; vnde non immeritò Plato athletas ſomnolentos, ſegnes, ignauos, deſides, vertiginoſos, tādemque morboſos nuncupauit Hippocratem medicum ſecutus, qui habitus athletarum veluti periculoſos, maximiſque ægritudinibus obnoxios vbiq; deteſtatus eſt, ſicut & Plutarchus eos ſaxis atque gymnaſiorum columnis ſimiles effecit, aliàs item confeſſus quòd Græcis nihil aliud mollitiē, atq; ſeruitutem inuexerit, niſi hæc gymnaſtica vitioſa, cuius opera torpentes atque relangueſcentes ab armis delapſi ſunt, contenti pro ſtrenuis, atq; fortibus militibus ſeipſos bonos palæſtritas, & athletas dici. Porrò hanc rem ita eſſe nemo ſanè dubitabit, ſi totam eius naturā breuiſſima oratione ab Ariſtotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorū libro de Agoniſtica (ſic etiam athleticam appellatam ſuperius diximus) hęc ſcripta reliquit ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους· καὶ γὰρ ὁ ταχὺς, ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόῤῥω, δρομικός. ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικός ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικός, ὁ δὲ ἀμφοτέροις

In ſuas. ad bo. ar.

Lib. 7. c. 56 E

In lib. ad Thraſ.

Tertio de repub.

1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

F

Cap. 5.

A τέροις τούτοις, παγκρατιαστικὸς, ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος, ideſt
agoniſtica autẽ corporis virtus ex magnitudine, & robore. & celeritate
componitur, nam & celer fortis eſt, qui enim quodammodo crura pro-
ijcere, & velociter, ac longè mouere poteſt, curſor; qui verò comprime-
re, & cõtinere luctator, qui percuſſione impellere, pugil, qui autẽ vtriſq;
his pancratiaſtes, qui verò omnihus his, quinquertio eſt. Ex quibus cla-
rè patet athletarum omnium inſtitutionem, atque diſciplinam huc tan-
tùm ſpectaſſe, vt corporis magnitudinem, robur, atque celeritatem com
pararent, quibus ſoli cæteros antagoniſtas ſuperare, & præmio honore-
que potiri valerent; id quod licet pluribus certaminum generibus con-
tenderent, quinque tamen præcipua erãt, in quibus vel ſemper, vel ple-
rumq; tam in ſacris certaminibus, quàm in ludis, amphiteatris, & publi
cis ſpectaculis certabant, lucta, pugilatus, curſus, ſaltus, & diſcus, vnde
luctatores, pugiles, curſores, ſaltatores, diſcoboli nuncupabantur, qui ſe
B paratim in ſingulis pollerent, ſicuti Pancratiaſta dicebatur, qui in lucta,
& pugilatu valebat; qui verò in cunctis quinque penthatlus, & voca-
bulo Romano quinquertio vocabatur vti perihodõ viciſſe dicebatur. Fe
ſto auctore, is, qui Pythia, Iſthmia, Nemea, Olympia viciſſet, nomine a cir
cuitu eorum ſpectaculorum accepto. Erant poſtmodum Halteres, iacu-
la, atque nonnulla alia, quorum quoque certamina athletæ obibant, at
in publicis ludorum, & ſacrorum certaminum celebrationibus raro il-
la peragebantur, vnà excepta monomachia, quã Græcos ſacerdotes æſta-
tis tempore in Pergamo exercere conſueuiſſe memoriæ prodidit Gale-
nus: de his in Digeſtorum libro. 9. t. l. Aquilia ab Vlpiano ſcriptum repe 3. de art. 29
rio, ſi in colluctatione vel in pancratio, vel pugiles dum inter ſe exercen
tur alius alium occiderit ceſſat Aquilia, quia gloriæ cauſa & virtutis, nõ
iniuriæ videtur damnum datum; vnde patere arbitror apud Maiores
hanc athleticam in maxima exiſtimatione habitam, cuius ea erat ratio,
quòd homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolẽt,
C a quibus voluptates, ac delectationes obtinere ſtudent, ob quod cũ ath-
letica in publicis ludis cæteriſque ſpectaculis maximas voluptates publi lib. 16. c. 4.
cè afferret, in honore habita atque a multis expetita fuit, quando athle-
tis ludos ingredientibus vt refert Plinius omnes aſſurgebant, etiam ſena
tus; ijſque ſenatui proximè ſedebant necnon cum patribus, auis pater-
nis a quibuſuis muneribus vacabant & victores in patrias triumphan-
tes inuehebantur; vt his rõnibus ſatis clarum eſſe poſſit athleticam anti-
quitus magnæ auctoritatis fuiſſe, & propterea non temere illam Gale-
num inſectatum eſſe, dum animaduerteret quantum damni ex ea artis
athleticæ reputatione humano generi accederet; ſi quidem non modò
cũcta animi, verũ etiam corporis bona ita corrumpebantur, vt nihil in-
ueniri poſſet, quòd maius hominibus, qui gloriæ & præmiorum ratio-

ne illam vndiq; ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Eu- D
ripides quoque elegantiſſime teſtatus fuit ſub hiſce verbis.

Gal. in ſua. ad bo. ar. κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' ἑλλάδα,
ὀυδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
ὁι πρῶτον ὀικεῖν ὀυδὲ μανθάνουσιν εὖ,
οὔτ' ἂν δύναιτο, πῶς γὰρ ὅστις ἐς ;ἀνὴρ
γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡττημένος
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπ' ἐκτροφὴν πάτρας;
οὐ δ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες ὀυκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκλυρῶς μεταλλάσουσιν εἰς ἀμείνονα.

idest *Cum mala innumera per Græciam ſerpant,*
Nullum deterius Athletarum genere eſt,
Qui primùm bene incolere haud diſcunt
Neque poſſunt etiam; quo etenim modo
Quis quis eſt gulæ deditus, ventriq́; indulget E
Diuitias parabit, vt alat familiam?
Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire
Sciunt nam in malis diu verſati
Moribus, non facile mutantur in melius

Quibus nihil eſt meo iudirio, quòd magis athleticæ ſtatum prodat: Neque tamen defuerunt, qui hanc pernicioſam artem commentariis celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnaſticam
7. Aen. in vita Plat. tandem deſciuit. Ne taceam Platonem, quem Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuiſſe, & ea dimiſſa ad philoſophiam ſe contuliſſe.

De viuendi Athletarum ratione. *Cap. XV.*

QVoniam de athletica prauitate quamplurima egregie ſimul, F ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno diſputata ſunt, noſque etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum qui propriè vocati ſunt palæſtritæ, viuēdi rationem in medium proponere decreuimus; qua perſpecta facilè cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quęue illorum ars foret, & quā ſapienter illi fecerint, qui ipſam explodere, & contumelioſa oratione improbare conati ſunt: ſed quoniam tota viuendi ratio in ſex rebus, quas non naturales appellare medici voluerunt, collocata eſt, videlicet cibo, & potu; ſomno, & vigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in vno quoque horū genere ſeſe gererent, explicabo. Primùm itaque in cibo ac potu quadru-

pliciter

A pliciter etraſſe conſpiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quòd ad qualitatem pertinet, varijs cibis athletas vſos diuerſis temporibus inuenio, ſi quidem primis illis antiquioribus veſci caricis præſcriptum ſcribunt Plinius, atque Oribaſius, quod, vt pingueſcerent, factitaſſe exiſtimo. Quis verò primus carnes eis conceſſerit, auctores inter ſe diſſentiunt: Plinius exercitatorem quendam Pythagoram athletis primùm carnem comedendam exhibuiſſe ſcribit, Oribaſius Pergamenus Goram caricarum vſum, & antiquam viuendi illorum conſuetudinem ſuſtuliſſe, primumque Eurameni ſamio carnes appoſuiſſe, atque talem viuendi rationem in poſteros emanaſſe tradit, vt cumq; ſit ante Hippocratis ætatem athletæ carnibus veſcebantur, & præſertim ſuillis, vt ipſe de Biante pugile refert in. v. Epid. Cæterum neque vno carnium genere ſemper illi victitarunt, quoniam interdum caprinis veſcebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quem Clitomachus Carthaginenſis nouæ academiæ ſectator præclarus reliquos ſui temporis athletas viribus ſuperaſſe refert, quòd caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuiſſe innuit Martialis in libro tertio, vbi Zoili cuiuſdam procacitatem, & obſcenos mores deſcribens ait.

Lib. 1. lib. 6. coll.

B

Inter catellas anſerum exta lambentes
Partitur apri glandulas palæſtritis.

Attamen illos in frequentiore vſu habuiſſe carnes tum bubulas, tũ ſuillas ſatis conſtat ex Galeno, qui & illis, & pane cum caſeo ſine fermento confecto victitaſſe ſcribit, vt duritiæ, ac alimentorum craſſitie non modò vberius nutrirentur, ſed etiam diutius ſaturi permanerent, quo genere victus cum Biãtes pugil πολύβορος immodicè vteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates: ſcribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum abſque anetho extitiſſe, forſan quòd crederent ab eo nutrimentum ſolidum produci, aut quò huiuſcemodi herbæ odore alij cibi condirentur, ſicque magis ipſis ſaperent, aut quò ſomnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim ſomnum prouocare ſciunt medici. Quantitas cibi athletarum quã fuerit cæteris hominum menſuris ſuperior, ſciri poteſt ex ijs, quæ ſcriptis mandauit Galenus ſecundo de digno. pulſuum, videlicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuiſſe, vt aliqua ex parte fabuloſo illi fidem adhibere valeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heracli de pugile celebratur, quorum alterum carnium minas viginti deglutiſſe, & panis totidem, vini choas perſicaſſe tres, ac aliquando taurum, quem per ſtadium retento anhelitu geſtarat, ſolùm abſumpſiſſe; alterũ propè infiniti cibi, ac potus capacem, nullique parem extitiſſe ferũt; atq; hinc perſpicuum fit, quàm verè Ariſtoteles. 4. de genere animalium dixerit ſæpenumero athletis membra varijs formis affici, cum ob multam

4. de re me. cap. 17.

C

 edacita-

edacitatem natura haud valet æque in toto corpore omnes cibi partes D conficere,& confectas æqualiter diſtribuere. Ordinem ſimiliter nullũ, aut perpuſilum athletas in comedendo ſeruaſſe, ſicut & temporis nullam rationem habuiſſe ſatis ex ſuperioribus clarũ eſſe poteſt, niſi quòd
7.meth. refert Galenus non æque mane, ac veſpere cibos validiſſimos accipere conſueuiſſe, ſed dúmtaxat in cœna, non modò ratione, verumetiam experientia docti cibos in ſomno, quando calor magis viget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficilimos ipſis, cum ob qualitatem eorum valde calori reſiſtentem, tùm ob immenſam quantitatem, quãuis ſecus videatur ſenſiſſe Plinius, qui ſcribit athletas maluiſſe ſemper cibos am-
Li.11.c.53. bulatione, quàm ſomno perficere, ratos ſomnum ad corpulentiam, quã ad firmitatem magis conferre; quòd ſi Plutarchus.4. ſympoſiacorũ eoſdẽ ſimpliciſſimis cibis victitaſſe; omnemq́; varietatem prorſus effugiſſe tra
Prob.4. dit, eius ſententiam ita accipere debemus, vt voluerit athletas vno ſolũ carnis,& panis genere, quodcũq;,& quantũcũq; fuerit, vſos, quod neq; E nos negamus, qui ſupra diximus frequentiſſimos eorum cibos fuiſſe ſolas bubulas, aut potius ſuillas carnes. Atqui ſomno,& vigilia qualẽ moderationem cęteris vitæ eorum partibus reſpondentem athletę adhibuerint, clariſſimè demonſtrauit Plato eos vbiq; ſomnolentos appellans. In motu quoq;,& quiete nullam menſuram ſeruare ſolitos athletas teſtatur Galenus, qui eos modò tota die laborare, modò nocte, modò a cibo, modò ante conſueuiſſe narrat, quaſi propoſitum in omnibus, tenuerint Hippocratis præcepta hæc de ſanitate vniuerſa contemnere (labores, cibi, potiones, ſomni, venus, omnia moderata) illudque vnum ſibi propoſuerint immoderatè, ſemper,& nulla habita regula elaborare, quod cũ
38.partic. prob.5. Ariſtoteles intelligeret cauſam quærens, qua mediocriter inſudantes ſtatim ab exercitatione colore amæno hilarentur. Athletę verò pallidi longè euadebant, dixit ideò eueniſſe, quia Athletæ prorſus nimium laborabant, nimius verò labor colorem cum ſudore,& ſpiritu extrudit, paloremque inducit, ſicuti mediocris calore in ſumma corporis retento leuiter colorem prouocat,& ad corporis ſuperficiem inuitat, vt in calfactis, G
In libro de morborũ temporib. aut pudefactis accidere ſolet. Qui igitur ſine menſura ſemper laborabãt, Athletas minimè mirum eſt Galenum dixiſſe quinque annis ad ſummũ ἰσοσθενὲς perduraſſe. Iam quoque aeris ipſos nullum diſcrimen effeciſſe credere poſſumus quòd ſub ardenti ſole exercerẽtur nec ventorum, aut aliarum boni aeris conditionum vllam rationem haberent quamuis dum ſe ad futura certamina exercerent, antiqui curarint, vt illud in ſalubri aere factitarent, ſicuti manifeſtum eſt e xyſtis, quas ideò fabricatas in gymnaſijs ſcribit Vitruuius, quòd athletæ in hyeme ad vitandas aeris in-
Homilia 54. iurias inibi in ſalubriori aere commodius exerceri valerent quo tempore multas plagas, vt tradit Baſilius Magnus, perferebant, ex pædotribis,

nec non

A necnon victu haud iucundum, ſed a magiſtris exercitationũm præſcriptum ſequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus veteres conſueuiſſe athletas Rauennam mittere, vt ibi in ſalubriori aere commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas vehementius, quàm par ſit, affectos fuiſſe nemo negabit, qui conſideret quàm leui ex cauſa certatores omnes excandeſcant, quantopere victi triſtentur, quantùm victores exultent, & denique quo ſemper animo viuant illi, qui tum immodicè ſaturi, tum ieiuni, quales athletæ, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quòd erat ſextum, & vltimum) pauca dicenda forent, quòd forſan in his errarent minus, quàm in cæteris, at quoniã venus inter neceſſarias ſanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo ſeſe gererent in illa, videamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. venerem moderatam eſſe debere præceperunt, tàm eos, qui immodicè, quàm eos qui nimium parce illa vterentur, coarguiſſe ab omnibus in re Geograph. Lib. 5.

B medica, vel mediocriter eruditis iudicantur, vnde magnopere in hac athletæ peccaſſe conſpiciuntur, qui perpetuò ſeipſos coitu interdicebant, quum cæteris forſan ob nimiam alimenti, & ſanguinis copiam magis neceſſe haberent; quòd porrò a Venere prorſus athletæ abſtinuerint, præter Platonem, qui Aſtylum, Diopompum Criſſonem, Iceum Tarentinum tales extitiſſe memoriæ prodidit; Galenus quoque teſtatum fecit, & poſt Galenum, Baſilius Magnus qui in homilia. 52. ſcripſit pædotribas conſiderantes ex venereis voluptatibus corpus imbecillius & ad neceſſariorum operationes pigrum, atque debile reddi temperantiæ legẽ promulgaſſe, quæ adoleſcentum corpora a voluptatibus tuta conſeruaret, & decertantibus ipſis ne aſpicere quidem venuſtas formas permitteret: Id etiam ſignificauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta ſermonẽ habens, ita ſcriptum reliquit. 8. de legib. 6 de loc aff. in fi.

Cur lacedæmonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida virgine? ne futuat Lib. 11.

C Non modò enim ſe athletæ ad inhibendam venerem frigida lauabant, verum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, vt teſtati ſunt Plinius, & Galenus, quam rem etiam intelligere voluiſſe Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in ſtadio currunt ab omnibus abſtinent, & hi quidem vt mortalem coronã, nos verò vt immortalem accipiamus, quam ſententiam fuſius enarrans Tertulianus hæc dicebat. Nempè enm & Athletæ ſegregentur ad ſtrictiorem diſciplinam, vt robori ædificando vacent: continentur a luxuria a cibis lætioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commentario Li. 34. c. 18. 5. de tu. val. cap. ult. ›› ›› In libro ad martyres.

D iiij ſupra

ſupra Epictetum intellexit, qui ſtudio coronæ athletas a venere abſtinere ſcripſit: quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu vti ſolitos ſentire videatur, vbi eos torpentes reſtitui venereisque vocem, cum e candida declinat in fuſcam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum viuendi inſtitutum, quod quantum ſanitati detrimentum afferret, vt Hippocratem ſileam affectum athleticum haud ſecundum naturam eſſe dicentem argumento eſſe poſſunt, quæ ipſis quotidie euenire ſolita recenſet Galenus, videlicet repentinæ obmutationes, ſenſus, & motus amiſſiones, ſuffocationes, vaſorum ruptiones, vt non ſine maxima ratione Diuus Hieronymus athletas nequaquam diu viuere potuiſſe ſcripſerit Hippocratis & Galeni auctoritate vſus. Igitur non ſatis mirari poſſum qua ratione ductus Cornelius Celſus medicus alioqui & eruditiſſimus, & eloquentiſſimus in laterum inueterato dolore victu athletico vtendum conſulat: Sed de athletarum profeſſione, quoniam ad inſtitutum noſtrum plura dicere non pertinet, hęc ſufficient, ſi vnum addidero quòd Clemens Alexandrinus quaſi ludens memoriæ mandauit Athletas hanc vnam honeſtatis imaginem habuiſſe, quòd nunquàm in publicum nudi ad certandum ſine ſubligaculis prodirent.

Lib. 28. c. 6

In ſuaſ. ad bo. ar.

In libro ad Thraſ.

In lib. 2. aduerſus Iouinianum.

3. lib. pædagi. c. 9.

D E

Explicit Liber Primus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER SECVNDVS.

Quid ſit exercitatio & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.

POſtquam de gymnaſtica quid ſit,eius originem,nec non
veræ,& non veræ differentiam ſatis explicauimus,con-
ſequens eſt, vt cæteris non prorſus omiſſis illam præci-
puè oratione noſtra proſequamur, quæ ad medicinam
facit,& de qua tractatione habere polliciti ſumus; quo-
niam verò dum gymnaſticæ diffinitionem in medium
proponeremus,eam eſſe artem quãdam facultates omnium exercitatio-
B num noſcentem, eorumque varietates opere ipſo gratia ſanitatis edo-
centem indicauimus,recta doctrinæ ratio poſtulare videtur, vt quid ſit
exercitatio prius cognoſcatur,deinde in proprias ſpecies diuidatur,atq;
illarum vnaquæque ſingulatim explanetur; hoc etenim facto cum ars
(dicebat Ariſtoteles,)ſit recta operandi ratio,videbimus quæ ſit in obeū- 6.Ethic.
dis exercitationibus hæc recta ratio,quomodo illarum vnaquæque, vel
ad parandum bonum habitum, vel ſanitatem deffendendam conferat:
Exercitationem itaque diffiniuit Galenus, ſecundo de tu.vale. & ipſum lib.3.c.2.
ſecutus Aetius eſſe motum vehementem,anhelitum alterantem, vbi γυ-
μνάσιον, κίνησιν, & πόνον,ſiue exercitationem,motum, atq; laborem in-
ter ſe differre demonſtrat,propterea quod motus eſt res quædam magis
communis,atque pluribus conueniens quàm exercitatio,cũ ſæpe mul-
ti moueantur,neque exerceri dicantur,exercitatio verò non ſit, niſi ve-
hemens motus; ſimiliter labor licet ſit vehemens motus,tamen nõ om-
nis labor propriè vocatur exercitatio,ſi quidem fodientes, atque meten-
C tes laborare,ſed non propriè exerceri dicuntur; tametſi etiam aliquan-
do communi quadam appellatione labor,exercitatio vocatur, quemad- 6.de morb.
modum Galenus ab Hippocrate vocatum eſſe cenſet,quando is dixit la- vulg. cõ.4.
bores cibum præcedant,& vbi fames laborandum non eſt; ibi enim vo- tex.31.
cem hanc πόνος quæ & dolorem & laborem ſiue damnum vt Erotiano 2.Aph.16.
placuit & exercitationem ſignificare ſolet, pro exercitatione dúmtaxat In Onomaſtico.
accipi debere iudicat,ergo exercitatio nihil aliud erit ex ſententia Gale- 2.de tu.va.
ni(& Aetij niſi motus vehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Græ- libro.3.
cis appellatum,quòd plerumque nudi,aut ſaltem cum paucioribus ve- cap.2.
ſtibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, vbi fiebat γυμνάσιον
appellatum ſuperiore libro abundè monſtrauimus: Sed quoniam poſ-
ſet aliquis etiam in gymnaſijs ab altero per vim vehemẽter moueri, qui

tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco hæc Galenica exercitatio- D
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1. nis (pace eius dicam) definitio, haudquaq̃ integra eſt; & proinde Auicenna Arabum omnium doctiſſimus cum animaduertiſſet haud plene exercitationem a Galeno diffinitam fuiſſe, aliam diffinitionem in mediũ attulit, videlicet quòd exercitatio eſt motus voluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequens eſt neceſſarius quo in loco eos quoque meritò damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant, non enim appoſuit (vehemens) quòd vbi magnus, & frequens ſit anhelitus, ſemper neceſſariò ſequitur motum illum vehemẽtem exiſtere, ſed neque hæc diffinitio, Auicennæ mihi plene ſatisfacit, quoniam & ſi cõueniat omnibus triplicis gymnaſticæ exercitationibus, eas tamen propriè non complectitur de quibus ad medicũ tractare ſpectat & nos etiam loqui inſtituimus, ſiquidem omnia quatuor cauſarum genera haudquaq̃ complectitur cum neque materialis explicetur, neq; cauſa cuius gratia. Accedit item illud, quòd multi voluntariè vehementer, & cum anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur propriè exerceri, ſicuti ſerui cum celeritate dominorum mandata exequentes, & ſicuti illi, qui vel inimicorum impetum, vel quid aliud triſte effugientes, & vehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant, ex quo Auicennæ diffinitio haud perfectè totam exercitationis naturam E
6. collec. c. 2. complectitur; ſicut neque illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum eſſe membrorum motum aliqua voluntate factum, Ideò nos aliter diffinientes dicamus, quòd exercitatio de qua medici intereſt tractare ꝓpriè eſt motus corporis humani vehemens, voluntarius, cum anhelitu alterato vel ſanitatis tuendæ, vel habitus boni comparandi gratia factus; ita namque diffinitio omnes cauſas comprehendit, atque ſoli diffinito conuenit: verùm enimuero poſſet aliquis meritò a me ſciſcitari, nunquid motus equitando, vel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo ꝙ non liberè a voluntate hominis, ſed ab alio dependere videatur? cui reſpondeo non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, ſi non propriè, ſaltem communiter, dum modò gratia F
ſanitatis, vel etiam militaris ſtudij illud efficiant; quandoquidem propriè exerceri dicuntur, ꝗ exercitationem nuper a nobis diffinitam ſuſcipiũt; quibus verò aliqua ex conditionibus neceſſarijs deeſt, illi potius communiter, quàm propriè exerceri dicentur, ſiue a ſeipſis, ſiue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui voluntariè ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipſe mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quòd de alijs quoque ſimilibus a nobis ſemper erit intelligendum; atque hanc fuiſſe Galeni ipſius ſententiam eius verba in ſecundo de tu. val. ſcripta indicant vbi ait eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modò, ſed etiam exercitari communi ſal-

tem

D Atem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adſtruit quinto de tu. val. cap. 11. vbi omnem motum communiter exercitationẽ vocat, propriè verò motum vehementem. Præterea quoniam dixi exercitationem a græcis *γυμνάσιον* vocatam fuiſſe, haud ſecus ac locũ, in quo fiebat; ambigeret fortaſſe aliquis num exercitationes quæ extra gymnaſia peragebantur propriè tales eſſent, an non? cui reſponſum eſſe volo, diffinitione exercitationis quum non ſit appoſitus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi neceſſarium fore, & propterea motum voluntarium vehementem cum anhelitu alterato gratia ſanitatis tuendæ, vel optimi habitus comparandi factum, vbicumq; locorum ageretur, nihilo ſecius exercitationem vocari debuiſſe, atq; debere, quã in gymnaſijs actum, nam ambulationes per vias, pilę luſus, iaculationes, & ſimilia quis ſanæ mentis non vocaret exercitationes? etiam ſi ruri, & in vicis efficerentur, dummodo cæteris conditionibus minimè careant?
B quare ita ſeſe habente etiam ad gymnaſticam facultatem de exercitationibus omnibus ſiue in gymnaſijs fiant, ſiue extra tractationem ſpectare dicendum erit eò magis quod Galenus alioqui verborum proprietatis obſeruantiſſimus etiam in aquis *γυμναστικὰς παιδίας* a pueris tempore ſuo exerceri ſolitas fuiſſe in. 4. de loc. affect. libro ſcriptum reliquit.

De Gymnaſticæ medicinæ diuiſione. *Cap. II.*

TRactaturi medicinę gymnaſticam quid ſit exercitatio, declarare coacti fuimus, ordini autem nunc nobis propoſito valde conſentaneum eſt, gymnaſticam ipſam partiri, ex qua diuiſione ſeſe clarum offeret iter, quo ad inueniendas exercitationum omniũ ſingulas antiquis vſitatas ſpecies incedamus: Quòd enim huiuſce gymnaſticæ verum, atque præcipuum principium a natura acceptum ſit, animantia bruta fidem facere meritò ſcripſerunt & Pla- a. de leg.
C to, & Galenus, ſiquidem illa ſtatim ac in mundanam hanc lucem veniũt 2. de tu. ua.
ſeſe mouere, agitare, ac ſaltare conſpiciuntur, veluti quoque pueri factitant, qui tametſi in hoc brutis imbecilliores ad fruendum hac vita exeãt nihilominus & ipſi, quantum conceditur, ſeſe mouere nituntur; atque ex motibus non parum voluptatis accipiũt, qui motus poſt modum creſcentibus annis dum conditiones ſupra deſcriptas recipiunt nil aliud planè ſunt niſi ipſiſſima facultatis gymnaſticæ opera: vt omnino dicere cogamur ipſam ſi non a natura factam, ſaltem ſecundum naturæ propẽſionem eſſe. Huiuſce facultatis cum Plato duas primarias, atque vniuerſales partes effecerit; proinde allatam ab ipſo gymnaſticæ diuiſionem in medium proponemus, non quòd ſub ipſa omnium exercitationum, ſpecies appoſitè contineantur, ſed quòd a nullo alio artem hanc melius diuiſam

uiſam hactenus videre contigerit, neque nos quiſquàm reprehende- D
re debet, quòd in pluribus Platonis, quem medicum nemo ſanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus, quàdo Galenus ille, cui non minus medici, quàm Pythagoræ eius diſcipuli credere tenẽtur, ſcriptum reliquit Platonẽ Hippocratis imitatorem fuiſſe, nec vſquã ab illius placitis receſſiſſe: nam Galenum hoc in loco ſequi non poſſumus, quoniam vbi ſimilem diuiſionem aggreſſus eſt, exercitationum potius, quàm ipſius artis partitionem inſtituiſſe videtur. Plato igitur libro de legibus. 7. vbi demonſtraſſet ſiniſtras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius cõſuetudini, exercitationique, quàm naturali defectui ad ſcribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui pueris alendis, ac educandis præficiũtur, vt eos ſiniſtris etiam exercendis aſſueſaciant, poſtea docens quæ ſint illæ diſciplinæ, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram muſicam ex ijs eſſe, alteram gymnaſticam ſcribit, gymnaſticæ rurſus duo membra facit, vnã E
τὴν πάλην, alteram τὴν ὀρχησιν appellat, atque ὀρχήσεως alteram eſſe dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonę corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operã nauant, quo in loco tametſi Plato de gymnaſtica bellica dúmtaxat ſermonẽ habere videatur, nihilominus eadem ferè eſt ac medicinæ gymnaſtica, fine, ſolùm differens, nec prorſus fine, eo quòd Plato quoque bonũ corporis habitum parare, valetudinemque conſeruare intendit ſicut medicus, ſed alium finem addit, nempè vt eius exercitationis medio ad bellã gerenda aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus ſecundum Platonem gymnaſticam diuidi in ſaltatoriam, atque palæſtricam, ſub nomine palęſtricæ intelligentes vniuerſam illam exercitationum ſeriem, quę vel in palæſtra gymnaſiorum, vel in loco palæſtræ vicem gerente peragebantur. Quum enim gymnaſtica facultas quædam exiſtat, vt ſępius diximus, quæ & naturam, qualitateſque exercitationum noſcit, & eis vtendi modos, ac regulas ſanitatis, aut boni habitus gratia præſcribit, cunctæ F
ferè exercitationes cum arte factę, quæ nil aliud ſunt, quàm motus quidam humanorum corporum: aut a ſaltatoria, aut a palæſtrica deſcribuntur, præfiniunturque id quod forſan Galenus innuere voluit, quando in ſecundo libro de muſculorum motu ſcriptũ reliquit ὀρχησικοὺς καὶ παλαισικοὺς ſolos facilè crura flectere: neque enim ſum neſcius (vt paulò ante dixi) minimè hanc gymnaſiicæ diuiſionẽ perfectam exiſtere, neq; ab illa ſingulas exercitationum ſpecies comprehendi poſſe, quoniã ambulatio, equitatio, & ſimilia gymnaſticæ exercitationes ſunt, nihilominus ſaltatoriæ aut palæſtricæ nequaquam ſubſunt. Attamen hanc etiã veluti antiquam, & a grauiſſimo auctore traditam aliqua ex parte ſequemur; quòd ſi nos etiam eam magis illuſtrantes dixerimus gymnaſticã

A duplicem eſſe,alteram quæ motus hominum a ſe ipſis factos ſolùm, alteram quæ motus ab alijs factos contemplatur,atque primam tum in palæſtricam,tum in ſaltatoriam diuidi, nō modò cum Platone ſentiemus, verumetiam ipſius rei veritatem fortaſſe aſſequemur; ſi quidem nullā exercitationem poterit quis cogitare, quam ſub aliqua prædictarū ſpecie contineri non oſtendendam.Nec quicquam ſententiæ noſtræ obſtabit,quòd Galenus in libro qui ἰατρὸς inſcribitur (ſi is eſt Galeni genuinus aut potius,quòd alij credunt,Herodoti medici) ſub alio artis genere palæſtricam , & orchiſticam, ſub alio medicinam, cuius partem gymnaſticam effecerunt veteres,collocarit; quia ibi loquitur de ſaltatoria, quæ erat hiſtrionicæ ſpecies, vt inferius declarabimus, & nō de qua nos loquimur;ſimiliter & de palæſtrica vitioſa, quam athleticam nos vocamus,& omnino a medicina alienam cum Galeno ſtatuimus;non autem de palæſtrica neq; de ſaltatoria a Platone,& a nobis intellectis.

B

De Saltatoria. *Cap. III.*

CVm itaque gymnaſtica tota in eam diuidatur,quæ motus hominum a ſeipſis,& quæ ab alijs factos ſpeculatur; atq; prima adhuc in ſaltatoriam & palæſtricam partiatur, ne confuſa euadat tractatio noſtra,primò ſaltatoriam, deinde palæſtricam omnes in palæſtra, vel loco ſimili actas exercitationes complectentem explicabimus,poſtremò eā,quæ circa motus ab alijs factos verſatur gymnaſticam adnectemus, quibus tractatis vniuerſa gymnaſtica nota fiet. Saltatoriæ igitur,ſiue ὀρχήσεως tres ſpecies Homerum nouiſſe qui eius libros lectitarunt, intelligere facilè poſſunt, prima eſt cubiſtica, quàm Xenophon,atque Suidas ſcribunt fuiſſe artem quandam, qua homines varijs modis pedes ac manus contorquentes in caput ſaltabant, quomodo etiam tempeſtate noſtra circulatores nonnulli faciunt,qui lu-
C cri gratia homines decipientes varias vrbes comœdijs recitandis pererrant; hanc, κυβίσκμα vocauit Lucianus. Secunda ſpecies eſt ſphæriſtica, ſiue pilæ ludus; nam quòd ludentes pila ſaltarent, præter Homeri teſtimonium qui ſexto Odyſeę de Nauſicaa hæc tradit.

σφαίρῃ ταί ρ᾽ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς

id eſt *Ludebant pila, vittis vellisq; remotis*
Atque his Nauſicaa ob uineas ſpectabilis vlnas
Principium ludo dabat

Teſtatur quoque Athenæus ex auctoritate Demoxeni ſicuti inferius indicabimus. Tertia ſpecies eſt ὄρχησις ſimpliciter dicta, nos ſimpliciter ſaltationem dicere poſſumus. Tota hac orcheſtica quamuis maiores noſtri

vt

vt plurimum ad voluptates, ac laſciuiam potius, quàm ad aliud vterentur, qui mos etiam vſque ad hæc tempora perdurat, nihilominus gymnaſticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorſus non caruiſſe conſtat, ſicut nec cæteras exercitationes ab vlla ferè harum trium omiſſa fuiſſe demonſtrabo, vbi in ſingulis exercitationum ſpeciebus declarandis quomodo vnaquæque gymnaſticæ illis ſeparatim vſa ſit indicare conabor. Bellicam enim abſque ſaltatoria non fuiſſe locupletiſſimum teſtem Platonem habemus, qui in ſeptimo de legibus ſaltationem in tres diuiſit militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque vocauit eorum, qui modò exilitionibus in altum, modò depreſſionibus, modò inclinationibus hoſtilium incurſuum inuaſiones, euitationesq;, imitabantur; quiúe, figuris varijs iaculatores, & percuſſores ſimulabãt; atq; hanc tanti fecit, vt voluerit in Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti viros ſimul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac vna non parum adiumenti acceſſurum ad adipiſcendam militarem peritiam. Quòd vero athletica gymnaſtica inter cæteras exercitationes habuerit aliquando ſaltationes, comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanionem togatæ ſaltationis primum inuentorem vtriſque ſæcularibus ludis, & D. Auguſti, & Claudij Cæſaris ſaltaſſe memoriæ prodidit, quemadmodum & Plato in loco nuper citato ſaltationem a nobis mediam ab ipſo ἀμφισϐητουμένην nuncupatam in ſacrificijs atque expiationibus fieri ſolitam, quam a Mantinenſibus, & Arcadibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, apertè inſinuare videtur athleticam, cuius & ludos, & ſacrificiorum celebritates eſſe iam decreuimus, ſaltatoriam habuiſſe. Galenus porrò nec medicinæ gymnaſticam ſaltationes a ſe reſpuiſſe tamquam ſanitati, & bono habitui inutiles plane cõfitetur, quandoquidem in ſecundo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles valetudini reſtitutos a ſe luctis, pancratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus refert; id quod Antyllus pariter teſtatum fecit, vbi inter cæteras exercitationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, mediamque inter choream, & vmbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atque ſenibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum & gracile eſt, conducere ſcribit. An verò hæc ea ſit ſaltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, ſiue paci aptam nuncupauit, quamúe animi in proſperitatibus, & in moderatis voluptatibus temperati exiſtere ſcripſit, haud tutò affirmare audeo; ſat ſit nobis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticę genus hac ſaltatione caruiſſe, in quam & in palęſtricam exercitationum artem a Platone diuiſam eſſe iam diximus.

[Margin: D (beside line 1); E (beside "rem peritiam"); F (beside "ter cæteras exercitationes")]

[Margin notes: lib.7.c.48. — Li.6. de Cyri Exped. — cap. ulti. — Orib.6. collect.]

A *De Sphæriſtica.* *Cap. IIII.*

SAltationem in cubiſticam, ſphæriſticam, & orcheſticam, ſiue communi nomine vocatam ſaltationem diuiſimus, quarum vnaquæque iam nobis fuſius declaranda foret; ſed quoniã de cubiſtica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiũtur, omiſſa illa reliquas duas proſequemur; atque primò ſphæriſtica ſeſe offert, quæ tametſi Homeri temporibus ſimplicior eſſet, attamen poſterioribus ſæculis miram varietatem acquiſiuit, adeò quòd & ipſa in gymnaſijs tam locum σφαιριστήριον, quàm præfectum σφαιριστικὸν vocatum habere meruit. Quis verò primus ſphæriſticam hanc, ſiue pilæ ludũ inuenerit, ſcriptores diuerſa ſentiunt, Plinius inter Latinos Pytho cuidam hũc acceptum refert. Agalis corcyrea gramatica Nauſicaam ludi pilæ inuentricem, ſed ignoro qua ratione, apud Athenæum facit: Hippa- lib.7.c.56.
B ſus Lacædemonijs, Dicæarchus Sicyonijs inuentum iſtud attribuerunt. Ex quo fit, vt certi quicquam ſentire nequeamus, eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumúe dè hoc ludo commentaria non habemus, quibus forſan & tantæ varietatis rationem intelligere, & incognita propè ludendi pila genera certius cognoſcere poſſemus, in quibus explicãdis cùm hactenus ſcriptores non parùm confuſi fuerint, atque interdum à veritate longè receſſerint, nos quantùm fieri poterit, tractationem hanc clariorem, minusque antiquorum ſcriptis repugnantem efficere ſtudebimus. Pila itaque ludendi genera quatuor dumtaxat apud græcos extitiſſe reperio μεγάλην σφαῖραν μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, καὶ κώρυκον ſiue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, repono corycum inter pilæ genera, quòd licet Galenus, Oribaſius, & Paulus ab illis ſecreuerint, inſtrumentum illud, vt demonſtrabitur, vel pila erat, vel pilæ aſſimile. Paruę pilæ luſus ſecundum Antyllum tres ſpecies diuerſas habuit, prima erat, pila valde parua, in qua qui exercebantur,
C corpore maximè elato ludebant, & colludentes manus manibus proximè admouebant, ſecunda erat pila maiuſcula, qua cubitos cubitis ludẽdo immiſcebant, nec corporibus mutuò hærebant, nec annuebant, ſed varijs modis mouebantur, & propter varios pilæ ictus huc, atque illuc digrediebantur; tertia erat pila adhuc maior ſecũda, in qua homines inter ſe diſtantes ludebãt, & in qua cùm ſtataria, ac motoria pars eſſet, qui manebant, pilam emittebant cum vehementia, & cõtinuitate, inter has ſpecies adnumerari debere genus illud indicio, quod penes Athenæum ἁρπαστὸν & φαινίνδα vocatur, tum quia a Galeno in libello de paruæ pilæ ludo, ſimul cum alijs id quoque explicatum habetur, tum quia Clemens Alaxandrinus ſcriptor grauiſſimus, vbi demonſtraret ludum paruæ pilæ, & præſertim φαινίνδα, exercitationem eſſe viris valde accommo

datam,

datam, eam paruæ pilę ſpeciem fuiſſe hac oratione clarum facit, οἶδα καὶ D
σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φαινίνδα παιδίαν ἐν ἡλίῳ μάλιστα huiꝰ
3. pæd. lib. cap. 10. etenim inuentorem extitiſſe Phanæſtrium pædotribam ſcripſit Iubas mauruſius, cuius item deſcriptionem Antiphanes in hunc modum attulit Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε, τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς, vocauit autem Antiphanes ludum iſtum φαινίνδα ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quaſi quòd ſic ludentes ſibipſis pilam mutuo mandarent; nam luſores dum pilam capiebant, atque alteri tradebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis vocibus eleuabant, ſiue euertebant, veriſimile fit ſpectatores, atque etiam ſeipſos magna delectatione affeciſſe, eo magis quòd interdum motuum concinnitati operam dabant vnde Demoxenu concinnitatem, lætitiamq́ue ex tali ludo partam apud eundē explicaturus hæc prodidit Νεανίας τὶς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς E
καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τὶ λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πέρας ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ, ideſt iuuenis quidam annis ferè decem, & ſeptem natus pilam luſit, Patria erat Cous (nam illa inſula Deos producere videtur) qui cum in ſedentes intueretur vel pilam capiens, vel tradens, omnes ſimul clamabamus: quanta autem concinnitas ordo ac venuſtas dum aliquid diceret aut faceret, ſupra omnem pulchritudinem exiſtit. O viri neque vnquam antea audiui neque talem venuſtatem certe aliquid mali contigiſſet mihi ſi diutius ibi permanſiſſem neque multùm mihi ſanus videor. Ex quibus Demoxeni verbis pilæ luſores comptè, & concinniter ludere ſolitos perſpicuum efficitur. Hæ itaque ſunt pilæ paruæ ſpecies, de quibus a gręcis mentionē habitā ſcio, & in quibus Epigenes philoſophus, nec non Cteſibius chalcidenſis philoſophus, quo cum multi F
ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exuebantur, multùm excelluiſſe dicuntur. Cæterum pilam magnam duos quoque ludendi modos non ſolùm ex ipſius pilę magnitudine, verum etiam ex manuum figura a ſuperioribus diuerſos effeciſſe Oribaſius ex Antyllo teſtatur, quorum vnus erat ludentium magna, alius maiore, hoc tamē ambo commune poſſidebant, quòd ſicuti in cæteris prędictis luſores ſummas manus ſemper humeris humiliores, ita in hac ſemper capite altiores tenebant, quandoque etiam ſummis pedibus ambulabant, vt manus altius extollerent, quandoq; ſaltabant, cum ſcilicet pila ſuper eos ferebatur, in qua proijciēda vehemēter brachia agitabant. Inanis porrò, ſiue vacua, quod tertium pilæ genus fecimus, qualis fuerit haud ſatis explicatum habetur

ſi quid.

A ſi quid tamen coniectura ex Antylli verbis aſſequi licet, credo hanc pilã quemadmodum & cæteras ex corio cõſutam fuiſſe, in hoc ab alijs differentem, quòd illæ vel pluma, vel alia materia; hęc ſolo vento, ſiue aere plena foret, atque tantæ magnitudinis, vt cum ipſa difficiliter luderetur. Corycus vero quis eſſet, quomodoúe ludus ille perageretur, cum Antyllus apud Oribaſium clariſſimè expreſſerit, eius orationem huc traducere ſtatui, quæ ita in Vaticano codice ſe habet.

Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμόζεσθαι, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνωθεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσυχῶς, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπήκειν ἐξωθουμένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τε-
B *λευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπόσαντες ὥστε ὑποστρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προτελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφοδρὰ προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετάφρενον.* id eſt Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficulneo, aut farina, in robuſtioribus harena impletur: eius verò magnitudo ad vires corporis, & ad ætatem accommodatur, ſuſpẽditur autem in gymnaſijs ſuperne e culmine, tantumque a terra diſtat, vt fundum ad eius qui exercetur vmbilicum pertineat; hunc vtriſque manibus tenentes qui exercentur, primũ quidem quiete, poſtea vero vehementius geſtant, ita vt ipſum recedentem conſequantur, & iterum redeunti cedant violentia compulſi, poſtremò verò eum è manibus reijcientes emittunt, vt cum reuertitur, vehementius corpori aduentu ſuo occurrat, ad extremum verò in ſedem ſuam ſæ-
G piſſime reſtituendo dimittunt, vt ex congreſſu ſi non valde aduertant, retrocedat, ex quo fit vt quandoque manibus occurrant, dum propinquat, quandoque verò pectore manibus paſſis, quandoque verò ijs ad terga reuolutis. hactenus Antyllus, qui tametſi figuram coryci vt potè omnibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen aſſequi poſſumus & ipſum ſphæricum, aut ſaltem rotundum ex materia coriacea extitiſſe, alioqui ſi angulare fuiſſet in occurſu & manus, & pectus nõ ſine læſione percuſſiſſet, de hoc intelligendum eſt adagium illud *πρὸς κώρυκον γυμνάζεσθαι*, quo genere certaminis Apuleio in Theſſalia certatũ eſt. De hac quoq; exercitatione verba fecit Hippocrates ſiue Polybus. vbi *κωρυκομαχίαν* falsò a Cornario follem interpretatam pro attenuando corpore probauit, quemadmodum & eandem intellexit Aretęus, vbi

lib. 6. coll.

d 2 de. i

pro elephanticorum exercitationibus κορυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres neſcio quo ſpiritu peræ, aut ſaculi iactus inepte ſatis tranſtulit. Eandem quoque intellexiſſe Cælium Aurelianum exiſtimo, cum ad polyſarchiam diminuendam corycomachiam (ſic enim legendũ eſt) commendauit ijſdem propè remedijs vſus, quæ ab Hippocrate in loco citato propoſita ſunt, vnde argumentatus ſum Auctorem ſicuti cætera, ita & corycomachiam ab Hippocrate mutuatum eſſe, quamuis textus iudicio meo deprauatus ſit. Locum vbi ludebatur coryceum apud Vitruuium appellari cenſuerunt aliqui, quorum ſententiam poſtquam in ſuperioribus refutauimus, nil aliud dicendum eſt. Atq; hæc de quatuor pilæ ludi græcorum generibus videlicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco, quæ omnia diuerſa inter ſe extitiſſe non modò ex deſcriptionibus nuper allatis manifeſtò conſtat, verùm etiam ex Galeni verbis in ſecundo de tuenda valetudine ſcriptis, vbi inter cæteras gymnaſiorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam magnam, ſeparatim recenſet, ſicut & Paulus Ægineta ipſum imitatus, quod profectò nõ feciſſent niſi quædam inter ſe diuerſa extitiſſent pilarum genera, & diuerſæ etiam cum ijs factæ exercitationes. Quæ nunquid omnes in Græcorum gymnaſijs exercerentur, parum ſcire refert, ſat ſit intelligere medicam gymnaſticam, atque bellicam & præſertim pueris edocendis incumbentem pilarum exercitationes vſurpaſſe, neque ad valetudinem, ac agilitatem comparandam, augendamue eas cæteris inferiores exiſtimaſſe. Admirari autem nemo debet, ſi nos in ſuperioribus ludos inter athleticas exercitationes repoſuimus, & ſubinde multas quoque bellicas medicaſque exercitationes ludos vocamus, vt nuperrimè di pila dictum eſt a nobis: quoniam & veterum, & recentiorum tam græcorum quam latinorum loquendi mos obtinuit, vt multas exercitationes παιδίας, & ludos vocarent, aut quòd a pueris qui παῖδες græcè dicuntur, vt plurimum fierent, aut quòd illi qui exercentur, nõ ſerio, ſed ioco agere videantur, ſiue gratia ſanitatis, ſiue alterius rei id efficiant, ludi vero quos athleticæ eſſe nos dicimus ita propriè vocabantur, quoniam ſolatij, & voluptatis ſolius gratia in ocijs feſtiuis agebantur.

D E F

De Pila ludo ſecundum Latinos. *Cap. V.*

POſtquam pila ludendi græcis vſitata genera ſatis explanauimus, ſupereſt & ea, quæ a Latinis & in vſu habita, & ſcriptis tradita reperiuntur explicare; vnde in quibus ambo conuenerint, & in quibus diuerſi fuerint perſpicuum futurũ ſpero. Quatuor igitur fuiſſe pilæ genera etiam apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicam, & harpaſtum, quæ omnia

A nia ſub nomine Italicæ ſphæræ a Cælio Aureliano medico completa nō nulli credunt:Follis erat pila magna ex aluta confecta,ſoloque vento repleta,quæ ſi maior erat,brachijs impellebatur,& ſimpliciter pila interdum nuncupabatur,vt apud Propertium lib.3.

Cum pila veloces fallit per bracchia iactus,

interdum quoque pila velox,vt apud Horatium Sat.lib.2.Satyr.2.

Seu pila velox

Molliter auſterum ſtudio fallente laborem,

Seu te diſcus agit

ſi verò minor erat,pugnis eijciebatur,atq; pugilaris ſollis,vt apud Plautum in Rud.ex templo Hercle ego te follem pugilatorium faciam;vocabatur.Interdum quoq; hanc eandem pilam folliculam appellatam credo,ſicuti a Suetonio in vita Auguſti,quem hoc pilæ ludo valde delectatum narrat.Quomodo verò Martialis lib.4.dixerit.

B *Plumea ſeu laxi partiris pondera follis,*

cum ex corio vento repleto pila hæc conſueretur,& non pluma,vt omnes ferè Latini auctores vno ore fatentur,quicquid alij reſpondeant,opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixiſſe, cuius leuitatis gratia neq; pueri,neq; ſenes alioqui imbecilles inter ludendum vel nimiū quid defatigabantur,& propterea idem Martial.alibi ſcriptum reliquit.

Ite procul iuuenes,mitis mihi conuenit ætas, Lib.14.

Folle decet pueros ludere,folle ſenes

Nam vt hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri valerent,non modò leuis pila efficiebatur, verùm etiam dicatus luſui locus nulli lapidibus aut lateribus ſternebatur,ne laberentur pedibus ludentes,& ſi fortè lapſi eſſent ex caſu damnum non paterentur; & propterea cum ſolū minimè pauimentatum foret,ex continuo terræ attritu puluis excitabatur,quàmquā etiam fieri poteſt vt pauimento luderent,ſed puluere humili & exiguo illud aſpergeretur,ita quòd pilam reſilire non impediretur,atque C ludentium pedes magis firmarentur.Nam in puluerulento ſolo fieri hanc exercitationem conſueuiſſe innuit Martialis lib.12. vbi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire neſcientem in hunc modum carpit.

Effugere e Thermis & circa balnea non eſt,
Menogenen,omni tu licet arte velis,
Captabit tepidum dextra læuaq; trigonem,
Imputet exceptas vt tibi ſæpe pilas,
Colliget,& referet lapſum de puluere follem,
Et ſi iam lotus,iam ſoleatus erit,

Nunquid autem ludus iſte fuerit vnus ex ijs, quos ſuperius ſecundum græcos auctores enarrauimus,variæ ſententiæ fuerunt.Alij enim credi-

derunt pilam magnam Græcorum & follem Latinorum idem fuiſſe, inter quos fuit Thomas Linacer qui cum in .2. de tu. valet. corycum follem traduxiſſet, in ſexto poſt modum libro magnam pilam iterum follẽ trãſtulit, quaſi corycus & pila magna non differret apud Galenum qui expreſſe & pilam paruam, & magnam, & corycum diſtinxit. Alij maluerunt corycum Græcorum, follem Latinorum fuiſſe, atque hanc opinionem maior pars recentiorum ſcriptorum habuit, inter quos ſuere quidam, qui in Oribaſio caput Coryci de folle pugilatorio inſcribendum iudicarunt; ſed hi omnes magnopere hallucinantur, & primò qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuiſſe duabus rationibus redarguũtur, quarum altera eſt q ludentes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoque etiam ſummis pedibus ambulabant, vt manus altiores tenerent: altera eſt quòd Oribaſius ludum pilæ magnæ non modo ęgrotis, ſed etiam conualeſcentibus atque bene valentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follem facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui deinceps follem corycum fuiſſe exiſtimarunt multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primò quoniam corycus è culmine gymnaſiorum ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secundò corycus ficulneo grano, aut farina, aut harena implebatur, follis ſolo vento. Tertiò follis in puluere exercebatur, corycus vero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderunt, quibus ego libenter aſſentirem niſi Martialis dixiſſet follem mitiori ætati conuenire, & Antyllus pilæ inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam & ideo omittẽdam eſſe cenſuiſſet: Colligo igitur ex his omnibus, q cum follis neque inanis pila Grecorum, neque magna eorundem neque corycus fuerit, eum illos ignoraſſe: nemo enim eſt, qui paruam pilam follẽ reputauerit Porrò Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat ita nuncupata vel à loco vt voluerunt nonnulli, vbi ea exercebantur, qui locus triãgularis erat, vel potius a ludentium (quod magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu, hanc eſſe aliquando pilam ſimplici nomine appellatam inuenio vt apud Martialem libro ſeptimo.

2. de tu. val.

D E F

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Præparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpaſta vagus pulverulenta rapis

Si enim ſola quatuor pilæ genera facimus, neceſſariò cum cęteræ nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici complectetur: de hac ſimiliter locutum credo Celſum, quando dixit ab aluo citata vexatis pilam, & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo

lib. 1. c. 6.

partes

A partes inferiores ferè ſemper firmæ manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo verò perageretur exercitatio iſta, facilè cōijcere poſſumus ex Martialis verbis, in quibus demonſtrat luſores ita triangulari ſitus figura colludere ſolitos, vt manibus vtriſque modò ſiniſtra, modò dextra pilam viciſſim expellere, & excipere valerent, ne vnq̄ caderet, in quo ſummam ludentium laudem fuiſſe veriſimile ſit, ſicut in libr.7. vbi Polybum quendam laudat ob agilitatem ſiniſtræ manus in iacienda excipiendaque pila.

Sic palmam tibi de Trigone nudo
Vncta det fauor arbiter corona,
Nec laudet Polybi magis ſiniſtras, & libro.12.
Captabit tepidum dextra, leuaq; trigonem, & libro.14.
Si me nobilibus ſcis expulſare ſiniſtris
Sum tua, ſi neſcis, ruſtice redde pilam,

B Ex his me herclè patet cōſueuiſſe trigone ludentes a ſe inuicē modò mittere, modò excipere pilam, modò ſiniſtris, modò dexteris, eo propè modo, quo noſtrates pila parua ſupra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruæ pilæ luſum deſcripſit. Cur vero Martialis tepidū trigona dixerit tum loco ſupra citato, tum lib.4.

Seu lentum ceroma teris tepidum ve trigona

haud ſatis mihi conſtat; attamen ſi quid diuinari conceditur, dicerem propterea trigona tepipum dixiſſe, vel q̄ homines ludendo ob vehementem vtriuſque manus laborem & aſſiduo motus pilæ tenore magis incaleſcerent, vel quòd locus vbi ludebatur tepidario in gymnaſijs vicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quàm pilæ teporem quendam perciperent: quòd verò ita eſſet, veriſimile videri poteſt cum ſupra tum ex Galeni tum ex Martialis ſententia demonſtrauerimus poſt pilæ ludum ſtatim conſueuiſſe balnea calida ingredi. Niſi malumus dicere poetā trigona tepidum dixiſſe, quia ex continuo motu pilæ in manibus ipſa tepi-
C da euadebat, eo modo, quo Propertius libro.1. in Elegia Ianuæ conquerentis dixit tepidum limen, q̄ ex continuo ſupra ipſum ſtatu tepeſceret.

Nulla ne finis erit noſtro conceſſa dolori,
Turpis, & in tepido limine ſomnus erit?

Succedit paganica pila ſic appellata, quòd eſſet vulgaris admodum, ac in villis pagis vocatis, vel in pagis vrbis vt plurimum in vſu haberetur. Nā Dionyſius antiquitatum libro.4. refert Romam in quatuor tribus olim partitam fuiſſe, quæ & pagi ſicut earum habitatores pagani nominabantur; ſiue igitur ab iſtis pagis, ſiue a villis paganica pila denominata ſit, parum referre credo, ſat eſt quòd pila erat ex corio pluma repleta trigonali latior, non ita tamen vt follis laxa, ſed durior, ſiquidem follis, qui vento replebatur, & ſi quanto durior erat, tanto facilius cum eo ludebatur;

quanto laxior tanto difficilior, vt etiam tempeſtate noſtra quotidiana ex D
perientia comprobat, tamẽ paganica pila quò etiam durior foret, & pluma replebatur, & nõ ita replebatur, vt laxa vſquàm foret, ſed vndequaque duriſſima & propterea difficiliter cum ea ludebatur, quemadmodũ venuſtiſſime Martialis hoc diſticho oſtendit libro.14.

Hæc quæ difficilis turget paganica pluma,
Tolle minus laxa eſt, & minus arcta pila,

Sub nomine enim ſimplici pilæ intelligi aliquando follem, aliquando trigonalem paulò antè ſignificauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnaſijs paganicę pilę exercitationem in vſu extitiſſe, vt idem Martialis lib.7. teſtatum reliquit.

Non pilla, non follis, non te paganica thermis
Præparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes,

Nam cum ſæpius a nobis indicatum ſit conſueuiſſe ferè omnes, qui ſeſe in gymnaſijs pila exercebant prius pila ludere, & deinceps ſtatim balnea E
ingredi, Martialis illis verſibus demonſtrat inter cæteros pilæ ludos in gymnaſijs ſe exercentium ad balnea præparatorios paganicam quoque adnumeratam eſſe. Vltimum & quartum Latinorum pilæ genus harpaſtum fecimus, quòd ob nominis ſimilitudinem idem prorſus videtur quod ἁρπαστὸν Græcorum; erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat; cuius verò magnitudinis & ex qua materia foret haudquaquam ab vllo auctore explicatum habemus, niſi quòd Athenæus his verbis manifeſtum facit harpaſtum rotundum fuiſſe

„ τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς
„ σφαίρας ἁρπαστὸν, φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι,

ideſt luſus autem pilæ harpaſtum nuncupatum pheninda vocabať quẽ ego maximè omnium diligo, ſicut etiam veriſimile ſit ex corio ſicut cæteras pilas conſtaſſe, quæ omnia propterea ꝙ tunc temporis nulli ignota erant, auctores ſcribere dimiſerunt. Cæterum eius magnitudinem omnino explicaſſe Galenus videtur, qui dum in libro de ludo paruæ pilæ F
harpaſtum appoſitiſſime deſcribit, illud paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam quemadmodum voluerunt nonnulli, fuiſſe comprobatur; vnde & ludus qui hodie a calce nuncupatur, & ſi in aliquibus aſſimiletur harpaſto, in hoc tamen ab harpaſto antiquorum differre videtur, quòd illud paruum erat; pila autem qua noſtrates calce ludunt maior eſt. Nam & antiquiores in puluerulento ſolo hac pila ludebant vt teſtatus eſt Martialis lib.4.

Siue Harpaſta manu puluerulenta rapis & libro.7.
Non Harpaſta vagus puluerulenta rapis & libro.14.
Hæc rapit Antei velox in puluere Draucus
Grandia qui vano colla labore facit,

Quæ omnia argumento eſſe poſſunt hanc exercitationem perarduam

fuiſſe

A fuiſſe, ſoliſq; validioribus hominibus conueniſſe; quòd etenim nequaquã mulieres hoc genere ludere valerent præter Ouidij teſtimonium de ludis virorum ita ſcribentis.

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis
Materia ludunt vberiore viri
Sunt illis celereſq; pilæ, iaculumq́; trochiq́;
Armaq́, & in gyros ire coactus equus 3.de arte amandi.

eiuſdem poetæ verſus comprobant, vbi Philænim quandam tribadẽ exprobrans, quod omnibus ferè virorum munijs fungeretur, quaſi rem mulieribus præ alijs maximè inſuetam ageret, poſt multa dixit

Harpaſto quoq; ſubligata ludit, Libr.1. fen 3.trac.2. cap.2.

Auicẽna cuiuſdam pilæ ligneæ mentionem facit, de qua in futurum verba faciam, cùm ad præſentem de ſpæriſtica altera ſaltatoriæ parte tractationem minimè pertineat, de qua hæc ſatis.

B

De Orcheſtica, ſiue tertia ſaltatoriæ parte. Cap. VI.

TRes ſaltatoriæ partes cubiſticam, ſphæriſticam, & quæ nomine generis vocatur ſimpliciter, ſaltationem, in ſuperioribus effecimus; quarum duabus iam declaratis tertia modò, quã ſcrupuloſiſſimam vocauit Columella, ſubnectanda venit, de qua hæc a nobis declarabuntur, primò quid fuerit, ſecũdò quot ſpecies habuerit, tertiò cur ea vterẽtur maiores noſtri, quartò & vltimò in quo loco, & a quibus exerceretur. In pr ohæ. lib. de re ruſtic. Ariſtoteles itaque in principio ſuæ poetices vbi dixiſſet omnia poeſeos genera in hoc conuenire, quòd imitationes ſint, imitationes diuidit, quarum aliàs diuerſis generibus imitari vt vel harmonia, vel rythmo, vel nudo ſermone; aliàs diuerſas res, vt vel meliores, vel ſimiles, vel deteriores; aliàs diuerſo modo vt vel agentes, vel introducentes, vel narrantes, atq; aut alienam perſonam induti, aut C non mutati; de ſaltatione hæc concludit αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις .i. numero verò ipſo ſine harmonia, imitant ſaltatores: iſti. n. numeroſa geſticulationis varietate, mores, paſſiones & actiones imitantur ex qua oratione apparet ὀρχησιν ſiue ſaltationem nihil aliud fuiſſe, quàm facultatem quandam motibus, ac geſtibus corporis artificio quodam, numero, & ratione factis imitandi hominum mores, affectus, & actiones: qui enim in .7. ciuilium dixerat nihil eſſe in rerum natura, quod magis exprimat rerum ſimilitudines, quàm numerus, & cantus, ſapienter etiam ſcripſit ſaltatores in imitãdis actionibus numero vti. Cap.4. Quomodo hæc per numeroſos motus efficeretur imitatio, vnus omnium clariſſime poſt Ariſtotelem expreſſit

Prob.15. Plutarchus qui in .ix.Conuiuialium ſaltationé tres partes habuiſſe ſcri- D
pſit lationem, figuram, & indicationem; eò quia tota ipſa ex motibus, &
habitudinibus, & quietibus cõſtaret, périnde ac harmonia ex tonis atq;
interuallis: lationem dicit ipſe nil aliud fuiſſe, quàm motionem affectus
alicuius, vel actionis, vel potentiæ repræſentatiuam: figuram verò fuiſſe
habitudinem, diſpoſitionemque, in quam motio ſiue latio terminaba-
tur, nempe quando ſaltatores quieſcentes ſecundum Apollinis, vel Pa-
7.de leg. nis, vel alicuius Bacchæ (vt eſt apud Platonem) figuram diſpoſiti in cor-
poris ſimilibus formis graphice aliquantulum perſiſtebant, indicationé
autem fuiſſe non proprie imitationem, ſed alicuius rei nempe terræ, cæ-
li, vicinorum numeroſis, atque ordinatis motibus factam declarationé:
quemadmodum namque poetæ dum imitantur aliàs nominibus fictis,
aliàs trãſlatis vtuntur; dum verò indicant, propria nomina vſurpant; ſi-
militer ſaltatores imitantes figuris, & habitudinibus; declarautes auté
tes ipſas prædictis indicationibus vtuntur, adeò quòd ſecundum Plato E
nem, Ariſtotelem, atque etiam Plutarchum tota hæc ſaltatoria facultas
in imitatione ſolo motu facta conſiſtebat, ipſique ſaltatores nil aliud acti
tabant, niſi ꝙ ſeſe mouentes numero, & ordine geſticulantes, aut latio-
nibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus de-
clarabant, aut omnibus ſimul mores, perturbationes atque actiones ho
minum repræſentabant; vnde non abſq; ſumma ratione Simonides poe
ta ſaltationé poeſim tacentem, ſicuti poeſim ſaltationem loquentem vo
Bocco oita- non cate ſolebat; quamq̃ refert Plutarchus tempeſtate ſua veram ſaltationé
a muſica, cui aſſociebatur, deprauatam fuiſſe; atque a cæleſti illa deciden
tem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam impe-
rium tenuiſſe, idque poſtmodum vſque ad tempora noſtra permanaſſe,
in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati viri cognoſcunt:
Quis autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtra-
uerit, ſatis compertum nõ habetur, niſi quòd Theophraſtus apud Athe-
&dignoſ. næum refert Androna Cataneum tibicinem, dũ ſonaret, motiones atq; F
numeros corpore effeciſſe, & ob id apud veteres ſaltare vocatum fuiſſe
ſicelissare; poſt quem Chlçophantus Thebanus, & Æſchylus multas ſal-
tatoriæ figuras inuenerunt, quas *βαλλισμοὺς* ſicula voce appellatas Epi-
carmi auctoritate inſinuat Athenæus; vnde & hodie apud multas Italiæ
nationes balli nomen adhuc perdurat: fuit porrò hæc ſaltatio tantæ exi-
ſtimationis atque honoris apud antiquiores vt Apollinem ſaltatoré vo-
carent, quemadmodum Pindarus:

Ὀρχησὰ ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ᾽ Ἄπολλον ideſt.
Saltator rex ſplendoris, pharetrateq; Apollo.

atque illa quandoque ad tibiarum, vel lyræ, vel alterius inſtrumenti ſo-
nitum, vel ad cantum, vel abſque alia re peragebatur. Species autem il-
lius

D Alius innumeras ferè recenſuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quæ illarum præſtantiores & illuſtriores habebantur, vel a regionibus, in quibus in vſu erant, aut repertæ & illuſtratę fuerant, nomen ſuſceperunt; vel ab inuentore & modo quo efficiebantur: a regionibus appellatæ ſunt Laconicæ, Trœxenicæ, Epirephytiæ, Cretenſes, Ionicæ, Mantiniacę, Gaditanæ, de quibus ſic Iuuenalis.

Forſitan expectes vt Gaditana canoro
Incipiet prurire choro plauſuq; probatæ Sat. 11.
Ad terram tremulo deſcendant clune puellæ
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis vrticæ.

& huiuſcemodi aliæ. Ab inuentore autem & modo vocatæ fuerunt aliæ Pyrricchiæ a Pyrricho quodam Lacone inuentę, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu, atque hæ varias nominationes obtinuerunt vt Orſitis, & Epichiedios penes Cretenſes, Carpęa apud Æmanenſes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos ſiue mactriſmos; quam mulieres ſaltabant, & ob id Martypiæ vocabantur, & quæ ſtabiliores, & varietate maiore præditæ erāt, vt dactyli, iambici, moloſſica, emmelia, cordax, ſicinnis, perſica, phrigia, nicatiſmus, thracius, calabriſmus, Teleſias a quodam viro Teleſio, qui primus eam armatus ſaltauit ſic vocata, qua vtentes Ptolæmei milites Alexandrum Philippi fratrem ſuſtulerunt, aliæ tornatiles ſiue verſoriæ quòd ſe in circum uertentes ſaltarēt. Erotianus qui Andromacho Neronis, quod ſcribit Galenus, archiatro contemporaneus extitit has ſaltationes δίνους vocatas ſcribit, aliæ inſanæ, vt caudifer, mongas, Thermauſtris, nec non anthema, quam ſaltantes obibant, ita dicētes, vbi mihi roſæ, vbi mihi lilia, vbi mihi apia: aliæ ridiculæ vt igdis, mactriſmus, apochinos, & ſobas, morphaſmus, Glaux, & leo: aliæ ſcenicæ, quales tragica, comica, & ſatyrica: aliæ lyricæ quales pyrrichia, gymnopędica, & hyporchęmatica, quæ oēs quomodo fierent non eſt præſentis tractationis declarare; ſatis ſit intelligere hanc tertiam ſaltationem tot atque plures adhuc diuerſas ſpecies, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuiſſe, ſicut etiam diuerſis motibus tam pedum, quàm manuum vtebatur; cum enim motus omnis ex ſententia Ariſtotelis ex impulſu atque tractu componatur, ſaltantes aut impellebant corpus, aut trahebāt; & hoc ſurſum, vel deorſum, vel prorſum, vel retrorſum, vel dextrorſum, vel ſiniſtrorſum, a quibus poſtea motibus componebatur ſimplex ambulatio, flexus, procurſus, ſaltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio; quibus tota ſaltatio perficiebatur. 7. Phyſ.

De

De fine ſaltationis & de loco. *Cap. VII.* D

CVm antiqui in certaminibus atque venationibus pedű exercitationibus ferè ſemper ſtuderent, manibusqne mouendis nullam curam adhiberent, veriſimile ſit vt prius ſaltatoria partes inferiores dúmtaxat exercens inuenta ſit, déinceps *χειρονομία*, quæ ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta ſit, vt vna cum cæteris prædictis motionibus manuum connexionem, conſertionem, compertinationem, diſtentionem, complexum, alternationẽ ſaltatores peragerent: atque ita vniuerſa ſaltatio ex motibus tam manuű quàm pedum ad repræſentandas res formatis conflata ſit quòd autẽ ſaltantes præcipuè brachia mouerent ſignificauit & Ouidius vbi dixit

Si ver eſt, canta, ſi mollia brachia ſalta, &
Brachia ſaltantis, vocem mirare canentis

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuiſſe comperio: nam ad theatra & ad ludos volupta tis gratia, nec non ob religionem quandam ad ſacrificia in vſu fuiſſe præ ter Platonem atque Plutarchum teſtatur Galenus qui in principio cura tiuæ artis vehementer contra ſui temporis homines inuehitur, quod ſal tatoriæ nimis operam darent, quaſi ſolis voluptatibus & ludis dediti bo nas artes negligerent. Quòd pariter ad quærendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem ſaltatione maiores noſtri vterentur, tametſi ſupra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum eſt illud, ꝙ omnis armata ſaltatio pyrrichia vocitata non ob aliud inuẽta fuit, niſi quò virtute illius tam pueri, quàm viri & mulieres modò hoſtes ef fugere, modò inuadere, alioſque geſtus bellis gerendis neceſſarios perdiſcerent, vnde apud Xenophontem Paphlagones Mimam ſaltatriculã a Myſo pyrricham ſaltare iuſſam conſpicati, admirantes græcos interroga runt, nunquid mulieribus etiam in pugna vterentur: in hoc quidem ſal tationis genere cùm Phrynicus ſe excellenter in fabula geſſiſſet, illum ſibi imperatorem Athenienſes delegerunt. Neque etiam difficile eſt indicare hanc eandem ſaltationem & bono habitui comparando, & ſanitati conſeruandæ non parum conduxiſſe, quandoquidem de manuum geſticulatione, quã *χειρονομίαν* vocant grӕci ſcriptum reperitur & ab Hippo crate & ab Aretæo, atque alijs pro exercendis & ſanis & interdum ęgris corporibus vſurpatam eſſe. Temporibus vero noſtris ſaltationes alias tẽ pore, ordine, & certo modo factas talem vtilitatem præſtare nemo negaret, quemadmodum Galenus ſe plurimos ſanitati reſtituiſſe, alioſque in ea ſolius ſaltationis auxilio conſeruaſſe confitetur, qui ſimiliter & ſaltatorum exercitationes inter cętera a medico petita recenſuit, dum dixit

E

G

loc. citatis. 1. & 2. de arte aman.

2. de dieta. libro. 1. de cur. chr. cap. 1.

» *ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν ἅις ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι*

A στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ „
διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖστον τὰ σκέλη. i. ſaltatorum vehemẽtes motus, in „
quibus maximè ſaltant & velociſſime volutati circum circa vertuntur, necnon genua flectentes ſurſum exurgunt, atque crura plurimum attrahunt diuaricantúe, vt dubitare nemo debeat, quin Orcheſticam in gymnaſtica medicinæ iure collocauerimus; præcipuè quòd Socrates in conuiuio Xenophontis ſe ſaltatoriam tum ad valetudinem efficiendam, cõſeruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuiſſe palàm profitetur, cuius quoque gratia eum ſibi amplam domum optaſſe ferũt. Qui verò hanc orcheſticam exercerent, varios fuiſſe reperio, Cinædos maximè omnium ſaltandi arti operam nauaſſe ſignificauit Plautus apud quem Periplectomenus ſenex ſic ait. Tum ad ſaltandum: non cinædus vſquã magis ſaltat, q̃ ego. Poetæ ſimiliter omnes non modò hiſtriones motus figuratos edocebant, verum & ipſi quoque interdum ſaltabant;
B nam Theſpias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetæ omnes iccirco ſaltatores nuncupabantur, quia non modò propria drãmata inter ſaltãtes choros repræſentabant, verum etiam extra propria poemata volẽtes omnes ſaltare edocebant; pueri quoque, & mulieres omnium frequentiſſime in ſaltationibus verſabantur, poſt quos etiam ſaltationi operam nauabant quibuſcunque valetudinis, & roboris gratia vel a medicis, vel a gymnaſtis illud agere præceptum erat: Loca autem in quibus ſaltationes peragerentur, primò, dum nondum excultæ forent, fuerunt vici, & plateæ publicę; deinde cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepiſſent, ad theatrorum partes quaſdam tranſlatæ fuerunt, quę & ab Ariſtotele & a Polluce ob id orcheſtræ vocatæ fuerũt; vnde etiam chorea nomen ſaltationis perelegans emanauit; a theatris ad palæſtras, ſiue gymnaſia illas traductas fuiſſe auctor eſt Athenæus, cui aſſentiri videtur Plutarchus in nono ſympoſiacon vbi mentionem cuiuſdam facit, qui pyrricham ad eo egregie ſaltauerat, vt pueros in palæſtra geſticulantes excelle-
C re viſus eſſet, quo etiam in loco Meniſcum pædotribam ſaltationis iudicem effecit, vt inde plane coniectari valeamus pædotribas gymnaſiorũ miniſtros orcheſticæ non paruam cognitionem habuiſſe. In conuiuijs item ſaltationem exerceri ſolitam fuiſſe teſtatum clariſſimè reliquit in Sympoſio ſuo Xenophon, ſicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem reſpuiſſe memoriæ prodiderunt. Concludo itaque ſaltationem a gymnaſtica omni acceptam eſſe, ſicuti ſphæriſticam, quæ fuerunt duæ orcheſticę partes, in quam, & in palęſtricam vniuerſam ipſam gymnaſticam diuiſimus: atque hæc ſatis de ipſa.

In Mil. glo. actu. 3.

Li. 14. dip.

De

De Luctatoria. *Cap. VIII.*

DEclarata iam ſatis quantum ad hanc tractationem ſpectabat, ſaltatoria, modò palæſtricam, quæ erat altera gymnaſticæ pars, vt aggrediamur operepretium eſt, cui poſt modum & reliquas exercitationes tam in gymnaſijs quàm extra factas ſubiungemus. Palæſtram multas ſub ſe exercitationes habuiſſe demonſtratum ſuperius fuit, inter quas continuò primum locum obtinuit lucta a Græcis communi nomine πάλη quandoque καταβλητικὴ, ſiue deiectoria: a Laconibus nũcupata. Hæc nihil aliud fuit, niſi exercitatio quædam in loco gymnaſij peculiari nempè palæſtra, ſiue porticu tecta quæ xyſtus vocabatur, fieri ſolita, in qua luctatores bini, nudi, vncti oleo, & puluere aſperſi ſeſe brachijs complicantes, inuicemque concertantes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolæ, parembolæ, paratheſes, & ſyſtaſes neceſſariò requirebantur illudque **E** præ cæteris querebatur, vt pedes primò comprehenderētur, quod Pſeudolus ebrius apud Plautum ſignificauit, de vino dicens. Captat pedes pri-

In Pſeu. mum, Luctator doloſus eſt, ſed anteq̃ certamen inirent, muſculos prius

actu.v. calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabāt, quòd

» ſi aliquando hæc agere intermiſiſſent, ijs quædam partes rumpebātur

cap.8. conuellebanturque ſicuti tradit Gale. 4. de locis patientibus, qui etiam alibi ſcriptum reliquit hunc a gymnaſticis in luctis obſeruatum eſſe ordinem, vt nunquam vehementes inirent, niſi prius faciles, & ſimplices

1. de differ. eſſent edocti, neque has aggredi ſolitos anteq̃ fricarentur, neque frica-

pulſuum. ri, priuſquã vngerentur. Dixi, bini, quoniam etſi plures poſſent vno tēpore eodem in loco lucta contendere, tamen ſemper vnus vni dũtaxat complicabatur, & apud nonnullos non ſolùm viro vir concertabat, ſed puellæ quoque iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & ſicuti de Chijs refert Athenæus: Luctam, quam non temerè gymnaſticę artis minimam partem credidit Galenus non defuerunt inter **F** antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus vetuſtiorem extitiſſe autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe quum (πάλαι) apud Græcos nil aliud, quàm vetuſtatem iudicare videatur; nam & locũ exercitationum palæſtram nuncupatum, πάλην primò nominatum conſtat. quamquã etiam non defuerint, vt refert Plutarchus, qui non palæ-

2. Symp. ſtrę nomen ἀπὸ τῆς πάλης quaſi antiquiſſima res ſit lucta, deductum

Prob.4. eſſe voluerint, ſed potius quòd ſolum hæc exercitatio πηλοῦ ideſt luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, videlicet haud quaquã veriſimile videri, vt lucta quæ omnium exercitationũ artificioſiſſima, & aſtutiſſima exiſtit, omnium etiam vetuſtiſſima fuerit, cũ manifeſte appareat primò in vſum

A ea vocari, quæ ſimplicia ſine vlla arte, & via magis quàm methodo conſi
ſtunt: vnde Soſicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod eſt dolo & inſidijs
dejicere fuiſſe deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ id
eſt a coniunctis, inſimulque connexis quatuor digitis, quia luctatores
hac manuum parte pręcipuè operantur, quaſi ita ipſa appellata ſit, périn
de ac pugillatoria a pugnis, quam ſententiam apertè reffellere videtur
Iulius pollux, vbi nomen illud ſolam quatuor digitorum menſuram ſi-
gnificare ſcribit, a qua menſura deduci poſtmodum exercitationis no-
men valde longinquum eſt; & próinde melius ſenſiſſe videntur illi qui
ἀπὸ τοῦ παλῆναι natam & dictam πάλην, credunt, ſiue ἀπὸ τοῦ παλ-
λειν καὶ πάλλεθαι, quorum alterum apud poetas deijcere & proijcere
& ſpargere quod poſtremum ab Homero quoq; ac Hippocrate vſurpa-
tum teſtatur Erotianus, alterum apud Platonem in Cratylo a terra vel in
manibus eleuare, quę omnia a luctatoribus intenduntur, ſignificare con
B ſtat, niſi quoque velimus, vt alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γί-
νεσθαι πέλας, hoc eſt appropinquari & vicinos fieri: quandoquidē cur
ſores ſemper diſtabant, nec vnquã appropinquabantur. pugilatores pa
riter a deſignatoribus nunq̃ complicari permittebantur, ſed ſoli luctato
res hoc obtinebant. Tota hæc facultas in gymnaſijs tres fines habuit, tē-
poreque Galeni mirum in modum eius peritia creuit, nempè quando re
fert ipſe primo de artic. xxiij. luctãdi magiſtros varias ac multiformes mē
brorum diſtorſiones, circumnexionesque inueniſſe: primum, vt Athle-
tæ in illis exercerentur, quò in ludos ſacrificia & amphiteatra exeuntes,
victoriã adipiſci poſſent: atque huius luctatoriæ auctores fuiſſe Antheũ
& Cercionem ſcribit Plato: Secundum vt ad bella homines exercerētur, 7. de legib.
quod exercitationis genus, primo in vſu poſitum alij a Theſeo Atheniē-
ſium principe; alij a Phorbante Theſei pædotriba referũt. tertium vt ho-
mines & pueri luctantes optimum corporis habitum acquirerent, ſicq;
ſanitatem curarent; in quo vſque adeò elaborabant, & totis viribus con
C tendebant, vt non rarò ſic luctantibus oſſa aliqua frangerentur, & luxa
rentur, quæ illis palæſtrico quodam pacto ab alijs diuerſo ſe remittere
conſueuiſſe teſtatur Galenus. Hoc tamen animaduertendum eſſe duco lib. de ma
Galenum non modò luctam athleticam, quam reſpub. bene inſtitutas chinamen.
odiſſe ſcribit, improbaſſe, verùm & ſanitati ſtudentem parùm laudaſſe,
vt potè qua robur quidem augetur, at luxationis, ac fractionis oſſium,
necnon ſuffocationis periculum immineat. ſimiliter & Clemens Alexã-
drinus qui tempore Galeni Romæ floruit in. iij. Pædag. lib. vbi exercita-
tionum tractationem habet luctas omnes improbat, eã tamen honeſtio
rem, & magis viro dignam facit, quæ μετ' ἰσχύμον© & gratia bonæ,
ac vtilis valetudinis efficitur. Præterea quoniam Plutarchus ſolummo-
do luctam & pancratium volutatorium in palæſtra exerceri ſolitum ſcri
bit

bit, duo conſideranda ſunt. Alterum ꝙ palæſtra aliquando ſignificat totum gymnaſium, vt ſupra declarauimus, aliquando locum in gymnaſio, vbi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratæ peragebantur, aliquando locum, in quo ſoli luctatores, & pãcratiaſtæ volutatorij exercebantur quemadmodum hic innuit Plutarchus, atque etiam innuere viſus eſt Galenus in fine libri de ludo paruæ pilæ. Alterũ ꝙ duplex erat pancratium, primũ de quo agemus infra ex lucta & pugilatu compoſitum. Secundum ꝙ volutatorium nuncupabatur, ſpecieſque luctæ erat, nam in lucta certantes ſeſe deijcere ſtudebant, rectiq; manebant; in pancratio autem volutatorio humi proſternebantur; atque ibi inuicem cõplicati, ſeque mutuò conuoluentes alter alterum ſibi ſupponere nitebãtur, atque de hac exercitatione veriſimile mihi fit Ariſtotelem verba feciſſe, vbi nullum eiectum, & ſtantem continenter, & tutò incedere poſſe demonſtrat, quia périnde ſe moueret, vt palæſtritæ, qui per puluerem in genua ſubſidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile videretur locutum eſſe Martialem vbi dixit. D

Lib. de cõi aſaliũ greſſu.

E

Non amo qui vincit, ſed qui ſuccumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην

niſi potius exponendum eſſet ἀνακλινοπάλην, reflexionem, quia palæſtrita reducto pectore aduerſariũ retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribaſium, dum duplicẽ luctam effecit, alteram erectam, alteram ſuper pauimento; pro lucta ſuper pauimento nil aliud intelligens, niſi pancratium volutatorium, quod tamen valde diuerſum erat ab altera volutatione ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine ſignificata qua homines in palæſtra humi proſtrati vel ſoli, vel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Cælius Aurelianus verba fecit, vbi volutationẽ in palæſtra pro diminuenda carne laudauit; ſi quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, ſed ſoſum celeriter ſupra pauimentum nitidum aut puluere conſperſum ſeſe rotabant, vnde Galenus eam inter celeres motus non ſine ratione poſuit. F

6. collect. cap. 17.

2. de dieta.

2. de tu. va.

De pugilatu & Pancratio & cæſtibus. Cap. IX.

Prob. 5.

PVgilatoriam πυγμικὴν a Græcis vocatam ante Troianorum tempora in vſu fuiſſe teſtati ſunt Plinius, & ante Pliniũ, Homerus, quam etiam Plutarchus in. 2. Symp. obſeruauit, continuò pugilatum luctæ & curſui iccirco præponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, ſicuti quoq Lucretius hoc verſu innuere videtur.

Lib. 5.

Arma antiqua manus, vngues, denteſq́, fuerunt

Quid verò eſſet hæc exercitatio, quõque perageretur, pauci (quod ego ſciam;

A ſciam) diligenter explicarunt, & minus cæteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam ceſtuum & pugilatum idem penitus extitiſſe voluerũt ex auctorum tamen ſcriptis coniectura conſequi poſſumus in hac exercitatione homines nudos concertare conſueuiſſe, pugniſque ſtrictis vel nudis, vel ænea, vel lapidea ſphæra plenis, vnde σφαιρομαχεῖν vel loris lamina ue circumſetij ſeſe inuicem percutere modò caput, modò dorſum, modò brachia petentes, neq; vnq̃ ſeſe mutuò complicantes; in qua pugna ſuperabat qui vel aduerſarium pugnorum ictibus in terram proſternebat, vel grauius & dãnoſius feriebat. Tyrrhenos ad tibiam πυκτεύειν ſolitos fuiſſe ex ſententia Eratoſthenis refert Athenæus 4. Dipnoſoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inſeruiſſe teſtatũ reliquit, ego verò ita ſentio pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tuen. valetu. adnumerati, ſed pro ſanitate tuenda, proq; bono corporis habitu comparando parũ in vſu in gymnaſijs fuiſſe; ad quod credendum duabus potiſſimum rationibus adducor, quarum prima eſt, ꝙ Galenus bis vel ter ſolummodo pugilatum nominauit & Antyllus, qui hanc rem diligentiſſime tractauit, nullum pene verbum de hac exercitatione habuit, ſicuti nec vllus alius fide dignus medicus excepto Aretæo qui in vertiginoſis pugilatum commendare videtur niſi (quod ego ſuſpicor) ſit Gręcus cõtextus deprauatus quòd ſi pugilatus medicę gymnaſticæ exercitationis genus extitiſſet æquum certe erat non adeò ab omnibus ſilentio præteriri, altera ratio quòd ſi naturam pugilatus exactè ſpectemus, cùm percuſſiones, & euitationes bellum gerentibus neceſſarias æmuletur, vt dicebat Plutarchus, edoceatq;, cum militarem peritiã magnopere adiuuet inficiari non poſſumus; at cùm ſolùm brachia, atque pugnos exerceat, interdumque potius plagis ac grauibus pcuſſionibus corpus offendat, qũo valetudinis conſeruationi, boniq́ue habitus acquiſitioni conferre poſſit non video; vt tutò dicendum ſit, pugilatum in gymnaſtica medica exiguũ vſum habuiſſe in militari verò multũ, in athletica plurimum: cuius principes & auctores fuiſſe Amycum atq; Epeum prodiderunt. Plato & Galenus, necnon in qua adeò Glacus Caryſtius excelluit, vt quinta & vigeſima Olympiade coronatus pyctæ ideſt pugilatoris nomine per excellentiam meruerit vocari, pugilatores iſtos pinguedini comparandæ operam dediſſe legitur apud Terentium, ꝙ agebant, vt grauius percutere valerẽt, & plagas ipſis illatas minus ſentirẽt: eſt enim experiẽtia & ratione comprobatum obeſos minus excarnibus iniurias ſentire. Cur autem Teſprio ille Plautinus ab Epidico interrogatus qũo herilis filius valeret reſpondeat pugilice atq; athletice, non eſt admodum difficile coniectura conſequi quòd etiam Galenus ſcriptum reliquit Luctatores potiſſimum athletas veros eſſe vocatos, ſed paulò ante ipſius tempora etiam eodem nomine appellatos fuiſſe pugiles & pancratiaſtes,

2. Symp. prob. 5.

In Eun. act. 2. ſce. 3.

1. de alim. fac. c. 2.

cratiaſtes,qua de re fieri poteſt vt Plauti ætate pugiles ab athletis diuer-D
ſi eſſent,vtrique tamen robori,& corporis craſſitiei ſtuderent, & iccir-
Plau.in epidico. co ſeruus ille meritò pugilarum, & athleticam ſeparauerit, herumque
ſuum robuſtum,& pingui ventre eſſe ſignificarit. Ex lucta & pugilatu
tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratiũ
communiter gymnaſtici omnes appellabant,in hoc (vt teſtatur Ariſtoteles primo Rhetoricorum)qui exercebantur aduerſarios & pugnis feri-
Cap.5. re,& comprimere,& continere,& deijcere ſtudebant,nam pugiles ſolis
pugnis contendebant,nec vnquã complicabantur luctatores complicabantur & comprimebant,vt deijcerent, ſed pugnis minime percutiebant;pancratiaſtæ tum vtroque vtebantur, tum etiam quacunque alia
ratione,vt dentibus,genibus,calcibus,talitris,denique toto corpore (vt
Lib.5.elia. dixit Pauſanias)aduerſarium vincere contendebant,atque in eo a pugilibus differebant,ꝙ illi pugnis ſtrictis, hi digitis ſolúmodo inflexis cer-
1.de motu muſcul. tabant, atque hoc ſignificare voluit Galenus vbi ſcripſit εἰ δὲ ἕκαστος E
τῶν δακτύλων καμφθῇ, τό σχῆμα τῆς χειρος γένοιτο μάλιστα τοῖς ἐν
" παμκρατίῳ προτετακόσιν ἀν τὴν ὁμοιον hoc eſt ſin autem vnuſquiſq;
" digitus flectatur, manus figura ijs maxime ſimilis euadet, qui ipſam in
pancratio protenderint talis etenim manuum figura prehenſandis aduerſarijs,cui maximè ſtudebant pancratiaſtæ, vt nomen quoque ſignificare videtur,valde accommodata erat; his de cauſis exercitatio hæc παμμάχιον vocata eſt quandoque ſicuti Plato Eutydemum πάμμαχον dixit
necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in
6.Epid.vbi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates,
ſub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris
intelligi credit, qua item ratione permotum opinor Platonem dum 8.
de legibus ſua illa parum ab aliquibus approbata fœminas exercendi ratione ductus mulieres ſolummodo poſt nubilem ætatem pancratio exerceri conſulit de pancratij ſpecie quapiam loquebatur mea ſententia Galenus quando in commentarijs ſuper libellum de ſalubri dięta dixit gy- F
mnaſtas fere quos impinguare volebant conſtituiſſe inter exercendum
προσαπτέσθαι,καὶ σωματομαχεῖν, (Erãt enim quædam exercitationum
genera) vt.ſ.iungerentur,& toto corpore certarent,ſed nudi,ac ſine cõplexu. Hanc exercitationem ex his fuiſſe, quæ in gymnaſijs peragebantur,perſpicuo ſignificauit Propertius vbi palæſtrarum Lacedemoniorũ
exercitationes decantans dixit.

Et patitur duro vulnera pancratio

Neque tamen ob id colligere decet pancratium apud medicos multùm
in ſanitatis vſum veniſſe,quoniam ſi pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur tanto minus pancratium ex pugilatu & lucta conſtans ſanitati multùm ex vſu eſſe potuiſſe credendum eſt (quòd
ſi Galenus

A ſi Galenus aliquando ſcripſit ſe plurimos pancratio ſanitati reſtituiſſe, 1.de tu.ua. cap.ulti. aut in ipſa conſeruaſſe, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuſcemodi ſolis dediti erant, atque tunc magna prudentia & dexteritate adhibitis, vt nequaquam inferendum ſit pancratium in gymnaſtica medicinæ locum aliquem præcipuum habuiſſe, quamuis ſecus plurimum eius auctoritas in athletica valuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus vſque adeò pancratiaſtarum ſpectaculum oblectabat, atque reputabatur, vt etiam nobiles illud exercere non recuſarent, qualis fuit Phrynon Athenienſium dux pancratiaſtes clariſſimus, quem Pittacus Mityleneus ſingulari contendens certamine reſte ſub clypeo latente inuoluit, atque hoc modo ſuperauit; qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam prancratij in Prytaneo loco athenis digniſſimo ſtatua erecta fuit. Simile profectò pugilatui vel potius eius quędam ſpecies erat certamen illud, quod ceſtibus peragebatur; ij autem erant laminæ B Aeneæ manibus alligatæ, quibus autem alligabantur, erant lora quædã punctis interſtincta, quæ manibus & brachiis circumcirca alligabantur vt non modò põdere aliquo & craſſitie, verùm etiam ſoliditate ceſtibus certantes ſeipſos ferirent, vnde patet hos aliqua ex parte diuerſos fuiſſe a pugilibus proprie vocatis, nempe qui ſolis manibus in pugnos coniunctis inter ſe dimicabant; quamuis etiam ita certantes nonnunquàm pugiles vocari ſcio vt apud M. Tullium. 2. Tuſculanarum quæſtionum lib. Ceſtiphoros in gymnaſijs quoque exerceri ſolitos teſtatum fecit Propertius, qui libro. 3. in palæſtris Spartanorum puellas etiam cũ ceſtibus exerceri conſueuiſſe in hunc modum ſcribit.

Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris.

Quòd verò huiuſcemodi certamen potius athletæ, quàm ſanitatis ſtudioſi exercerent ex ijs, quæ ſupra de pugilatu ſcripſimus, facilè cognoſci poteſt, quandoquidem tantò deterius percuſſiones ceſtibus impactę corpora hominum quàm pugnis afficiunt, quantò pugni expanſis maC nibus; quare non eſt credibile ſanitatis ſtudioſos hoc exercitationis genus adamaſſe, & qui ſe verberibus, plagis, & ictibus, pugniſque exponeret, ſanitati admodum conſuluiſſe, ſicut ex aduerſo athletas non parùm eo delectatos, hinc conijcere poſſumus, tum quia maxima populum huiuſcemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & præmia ex ea populi voluptate in amphiteatris, & ſacrificijs comparabant. Ceſtibus enim clarum fuiſſe Amycum Bebryciorum regem Neptuni filium a Polluce occiſum ſcripſit Valerius Flaccus. 4. Argon.

Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amycum ſuſpexit harenis

ſimiliter Vergilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam ac Ammonem ceſtibus valuiſſe ſcripſerunt, itaque inter pugilatum pancra- 5. Aeneid. 5. metam.

 tium

tium & ceſtus vnum pancratium in medicina gymnaſtica frequentius, D ceteros duos rarius vſurpatos eſſe iam liquet.

De Curſu. Cap. X.

INter cætera, quæ ob vitæ conſeruationem animalibus a natura tributa fuerunt, currendi poteſtatem præcipuam eſſe omnes, qui eorum ſtatum conſiderare volent ſine labore intelligent, ſi quidem cætera quæque, quibus ſe ipſa tuentur vel non ſtatim oon naſcuntur, vel non perfectè corpora defendere valent, quin ab inſidiantibus aliqua ex parte lædantur; vt curſus cunctis ferè ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab inſidiatorum & omnium offendere volentium iniurijs tuetur, vt nullam læſioné ea ſuſtinere patiatur; quò magis homini valde conquerendum eſſet, quum multo tempore ad currendum ineptus degat; niſi & ipſe, cui crura ambulationis, E & curſus gratia a natura in eam figuram fabricata Ariſtoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam cuſtodia parentum, ſub qua tunc viuit, facilè emendaret, qui etiam naturæ donis non modò ad vitam conſeruandá verùm etiam ad eam iucundè ſimul, atque ſanè traducendam vel ſolus, vel omnium animalium maximè vti nouit, ſicuti in curſu videre poſſumus, qui cum vitæ dúmtaxat conſeruandæ cauſa homini tributus foret, eò tamen ad gloriam, ad voluptatem, ad ſanitatem conſequédam vti nō ægretulit. Quis neſcit maiores noſtros inter alias exercitationes ad ſpectacula, ad militares exercitationes, ad ſanos habitus acquirendos inſtituta curſus quoque habuiſſe? cui locum peculiarem in gymnaſijs aſſignatum nullum videre licet, quòd hæc exercitatio in vijs ipſorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri poſſet atque etiam quandoq; in loco, vbi altus puluis ſtratus erat, ſi credimus Luciano, ageretur: neque enim peridromidas ad curſum, & ſi nomen innuat, ſed ad deambulationis vſum inſtitutas ſcimus ex ſuperioribus. Athletæ qui ludorū F & certaminum gymnicorum celebritates repræſentabant, vſque adeò currendi vim interdum æſtimabant, vt (quod refert Plinius) lienem ſibi ipſis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, ſicuti ſolet, impediret. Huiuſce curſus certamen ſicut & luctæ primos Eleos ſine vllo veteris memoriæ exemplo inſtituiſſe auctor eſt Pauſanias, apud quē ſimiliter legitur Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia propoſuiſſe; nec non currendi morem Nemiacis, & Iſthmicis intermiſſum ab Hadriano reſtitutum eſſe, ex quo loco ſcire poſſumus & ſeruos, & ingenuos antiquitus in curſus certaminibus contendiſſe eo magis, quod tradit Lampridius Alexandrum Seuerum nunquā curſum niſi ſeruum voluiſſe, quod diceret, ingenuum non niſi in ſacro certamine currere

libr. de cõi aíal. greſ. li. 15. d vſu partium.

In dialogo de gymnaſijs li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

A currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita curſum commendauit, vt non modò viros & iuuenes, verùm etiam virgines, pueros, & mulieres: omneſque tam nudos, quàm armatos ad currendum exerceri voluerit non in ſtadio ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippia. Platonis ſententiam ſecutus Vegetius in commentario de militari exercitatione ſcriptum reliquit ad curſum pręcipuè iuuenes, qui militari diſciplinæ incumbunt, aſſueſaciẽdos eſſe, vt maiore impetu in hoſtem currãt: vt loca opportuna celeriter cum vſu venerit occupent, vel aduerſarijs idem facere volentibus præoccupent, vt ad explorandum alacriter pergant, alacrius redeant, vt fugientium facilius terga comprehendant. Refert Saluſtius de Magni Pompeij exercitatione eum cum agilibus ſaltu: cum velocibus curſu; cum validis vecte certaſſe, neque aliter ſertorio æquandum vnq̃ fuiſſe, niſi ſe, & ſuos milites huiuſce modi frequentibus exercitijs ad bella præparaſſet. ex quibus colligitur 8.de leg.

B curſum hunc in gymnaſtica bellica maximi momenti fuiſſe, & quemadmodum athleticũ quatuor præcipuas habuiſſe ſpecies, ſtadiũ de quo D. Paulus loquebatur, quandò dixit currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaulum, & armatum in quorum poſtremo bis Callicratem viciſſe ſcribit Pauſanias, vnde σταδιοδρόμοι δολιχοδρόμοι διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμοι dicti ſunt, horum exercitatores. Qui Lib. 1.c.9. præterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. val. libro non oſcitanter vidit, intelligere facilè poteſt, curſum inter exercitationes ſanitati ac bono corporum habitui conferentes non exiguam partẽ habuiſſe; quãdò etiam Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam cenſuit, primum locum curſui dedit. Huius tres tantum ſpecies eſſeciſſe Antyllum reperio, alteram in anteriora currendi, alteram in poſteriora, alteram in orbem, quamuis item apud Galenum & dolichum & diaulum reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Græcis continuatum diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorum duplicis Lib. Epo. 2.xv. 2.d tu.va. cap.10.

C ſtadij ſpatium extitiſſe cenſet, alterum verò diffiniunt ferè omnes fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant, ita quòd ſtadium erat curſus vnius tantùm ſtadij, dolichus duplex vno curſu ſtadiũ, diaulus duplex, & ipſe ſtadium, ſed reflexo curſu, quapropter falſum illud eſſe deprehenditur, quod apud Suidam legitur ſtadiodromos longiorem tractum metiri curſu dolichodromis, cum huius contrarium manifeſtò intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μοῦσας
Εἶναι, μὴ ζητοῦν ἐν σταδίῳ δόλιχον
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνόμενος πνεύματός ἐστι τόνος.

idem ex prouerbio μὴ ζητοῦν ἐν σταδίῳ δόλιχον a Polluce lib. 3. citato ma-

gis adhuc confirmatur, quo ſignificatur in re minori non eſſe quærendam maiorem. Ad hæc habuit curſus multas ſpecies a locorum varietate deſumptas, quoniam ſiquando extra gymnaſia curſitabant, prout neceſſitas, commoditasúe poſtulabāt, aut per plana loca, aut per aſpera, aut per æqualia, aut per inequalia, aut per prata, aut per montes curſum agebant; Neque hic mirari debet quiſquam, quòd valetudini ſtudentes extra gymnaſia quoque currerent, propterea quòd loca ſimilia cum haud quaquam omnes formas exercitationibus quibuſuis aptas habere poſſent, cogebantur interdum homines, prout valetudinis ratio exigebat, extra gymnaſia prodire, vbi perinde ac in illis modò induti, modò nudi currebant; de quibus omnibus extat Ariſtotelis ſententia, quòd currentes nudi veſtitis coloratiores reddūtur, vt omnes qui loca libera & aſpiratiora incolunt melius colorantur, quàm qui impedita & ſilētia tenēt. D

2. partic. Prob. 36. & part. 38. 3.

De Saltu. Cap. XI. E

CVrſui ſaltus ἅλμα a Græcis gymnaſticis vocatus non parùm aſſimilatur, nempe qui ſicut curſus eſt continuatus ſaltus, ita ipſe ſit interciſus curſus, hunc a ſaltatione, de qua ſuperius ſermonem habuimus, longè differre nullus ambigit, quum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι & a Platone, & a Galeno & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum ferè ad bellicam exercitationem effatu dignum, aut non ſaltem neceſſarium, aut non admodum crebrum vſum extitiſſe inde conijcerem, quòd Plato inter alias nullam prorſus de illo mentionem fecerit, ſed vnius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, vbi ſcribit iuuenes q militiæ operam nauant ad ſaltum præcipuè exercendos eſſe, quo vel foſſæ tranſiliuntur, vel impediens aliqua altitudo ſuperatur, vt cum eiuſmodi difficultates euenerint, poſſint ſine labore tranſire. In athletica verò facultate ſaltum locum habuiſſe, præter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, ſaltum primum hoc verſiculo fecerunt ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος καὶ πάλη idest ſaltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus teſtatur abunde Ariſtoteles, qui in libro de communi animalium greſſu ſcriptum reliquit pentathlos athletas, halteribus vtraque manu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam non comprehenſis; quod itē poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ κόπων planè confirmauit. Porrò gymnaſticam medicinæ ſaltu nec ipſam caruiſſe ſatis comprobauit Galenus dum eum inter cæteras palæſtrarum exercitationes ſæpius recenſuit; ſed Antyllus penes Oribaſium diligentius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, vbi hanc ſententiā habuit. F

Lib. 1. de re mili. c. 9.

A habuit: quod exilire & ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδᾶν ſiue exilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quando ſcilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, ſaltus ſiue ἅλμα eſt motus fermè continuus in ſublime, vel tanquam medium, vel tanq̃ metam nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris & imitationibus vti oſtendimus. has ſaltus ſpecies Senecam intellexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltum commendabat, vel qui corpus in altum leuat, vel qui in longum mittit, vel qui ſaliaris aut ſulonius dicebatur. Exilitione olim vtebantur Lacenæ mulieres ad nates ſaltando, quæ retroflexis cruribus ita ſaltabant, vt calcibus nates attingerent, quãdoq; cruribus alternatim inflexis, quandoq; verò vtriſq; vno & eodem tempore. Has mulieres poſtmodum æreis ſtatuis repræſentaſſe Callimachũ ſtatuarium ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum auctor eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate vocamus in gymnaſijs duplici modo vſurpatum inuenio; altero quandò ſaltãtes vacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant, de quo verba faciens Ariſtoteles ſcripſit arduum & difficile eſſe ſaltu continentem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompæ gratia ſeſſores ſuſtinere, nec progredi ſinere ſolent, & qui ita ſeſe mouẽtes cito laſſeſcũt, & fatigationem ſentiunt; altero quandò manibus ponduſcula capiebãt vt illis firmati vehementius ſaltarent, quæ ponduſcula tametſi ab Ariſtotele & Theophraſto ἁλτῆρας nuncupari ſciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus extitiſſe inferius demonſtrabo: quomodo verò ſaltatio iſta tam ab athletis quàm ab alijs perageretur, hæc equidem conijcio, videlicet quòd interdum per plana loca continuatis ſaltibus ſaltabant, atque tunc limitem vnde principiũ ſaltandi capiebant βατῆρα appellatum, & menſuram κανόνα dictum habebant, quemadmodũ quoq; & terminum, quem attingere magnam, prçterire maximam laudẽ fuiſſe veriſimile eſt, τὰ ἐσκαμμένα vocatum, vnde factum eſt adagiũ in eos, qui metam tranſiliunt πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquandò ex humili loco in altum ſaltabant, aliquandò ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum ſimpliciter aſcendere quam deſcendere cõtinuò laborioſius prædicauerint Ariſtoteles & Theophraſtus. Erant quoque qui ſupra vtres oleo vnctos & vino plenos pedibus ſaltarent; inter quos victores ij cẽſebantur, qui ita ſeſe dexterè gerebant, vt præ lubricitate humi non caderent: atq; hi pro victoriæ premio utrem cum vino ferebant: qui verò terram natibus percutiebant, non ſine magna voluptate ſpectatoribus riſum mouebãt: Id autem antiquitus obſeruatũ in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια vocabant, proditur, in quibus vtres caprinis pellibus conflati ſaltibus

Lib. 2. Epiſt. 15.

Lib. 34. cap. 8.

Lib. de cõi aĩal. greſſu.

in libro περὶ κόπων.

B

C

5. partic. prob. Lib. de laſſ.

 calcaban-

calcabantur in caprarum contemptum, quæ adeò vitibus infeſtæ credú- D
tur. De hoc Ariſtophanes in Pluto ἀσκωλίαζ᾽ ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. ideſt hic ſub dio ſupra vtrem ſalta: & Eubulus apud Ariſtophanis interpretem, καὶ πρός γε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν .i. quare vtrem in medio collocantes ſupra ipſum ſaltate, & eos qui humi ceciderint cachinno proſequimini: De his etiam Vergilius. 2. Georgicorum.

Atque inter pocula læti
Mollibus in pratis vnctos ſalire per vtres

De Diſco & halteribus. *Cap. XII.*

DIſci iactum inter exercitationes gymnaſiorum haudquaquã infimum locum habuiſſe non modò Galenus clariſſimis ver-
2. de tu. ua. bis affirmauit, Propertius prædixit, verùm etiam Vitruuius E
Libro. 3. elegantiſſima quadam hiſtoria apertè inſinuare viſus eſt,
lib. 7. c. 5. apud quem legitur, quòd cùm Apaturius Alabandeus Trallibus ſcænam excellentiſſimè finxiſſet, aſpectuſque eius propter aſperitatem eblandiretur omnium viſus, & iam id opus probare fuiſſent parati, tũ Licinius Mathematicus prodijt, & ait Alabandeos ſatis acutos ad omnes res ciuiles haberi, ſed propter non magnum vitium indecentiæ inſipientes eos eſſe iudicatos, quòd in gymnaſio eorũ quæ ſunt ſtatuæ omnes, ſunt cauſas agentes, in foro autem diſcos tenentes, aut currentes, ſeu pila ludentes; notauit enim mathematicus, quòd ſicuti ſtatuæ cauſas agentes fori ſunt propriæ, ita diſcum tenentes gymnaſij, & ob id indecentem inter locorum proprietates ſtatuam ſignorum publicæ ciuitati vitium exiſtimationis adieciſſe dixit. Erat itaque antiquis illis diſcus gymnaſij exercitatio, quam an bellicæ peritiæ ſtudioſi inter cæteras exercerent non admodum mihi conſtat, niſi Plato inter iaculationes illas varias, quas magnopere futuris optimis militibus commendat, diſci quoque iaculatio- F
nem ſubintelligi voluerit, quemadmodum Homerus quoque ſecundo Illia. ſignificauit, vbi finxit Achillem Agamemnoni iratum Myrmidonas ſuos a pugnando remouiſſe, atque illos ipſos ne torpeſcerent in maris littore ſeſe diſcis atque iaculis tanquam militibus aptis exercuiſſe, quaſi ſi non lædendis hoſtibus, ſaltem variæ agilitati ipſorum comparãdę huiuſcemodi exercitatio accõmodata eſſet. Athletas verò in eo ſe exercuiſſe, nec non in publicis certaminibus contendiſſe manifeſtum facere poteſt communis auctorum ſententia, qui inter athletarum certamina diſcum omnes vno ore adnumerant, ſicut etiam Galenus, Aetius, Paulus, & Auicenna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent; quale porrò inſtrumentum is eſſet, haud
inter

A inter ſcriptores conuenit. Interpres Homeri Euſtachius exponens verba illa ſecundi Illiados.

δίσκοισιν τέρποντο ideſt *ludebant diſcis*

inquit *δίσκος ἐςὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐῤῥίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν. σόλον, προσαγορεύουσι* vnde ſecundum huius ſententiam patere poteſt diſcum fuiſſe lapidem grauem, quem exercentes ſe proijciebant, & cum ferreus erat, maſſam vocabant. Huic atteſtari viſus eſt Martia lis his verſibus.

Splendida cum volitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

Alij voluerunt, inter quos fuit Suidas, diſcum fuiſſe inſtrumentũ quoddam rotundum, quod aliquando adeò graue erat, vt vix ab vno homine eleuari poſſet, veluti a D. Hieronymo de ſeipſo ſcriptũ eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, vbi interrogans Anacharſim nunquid in gymnaſio globum quendam iacentem ęneum, atq; teretem, in parui ſcuti figuram formatum, neque lorum, neque baltheũ habentem vidiſſet; qui grauis, & comprehenſu difficilis erat, cum manu ſurſum extortum in aerem aliquos iaculari conſueuiſſe ſubiungit. In dialogo de gymna.

B Alij voluerunt inſtrumentum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quòd ab Alexandro in.2.prob. (ſiue is aphrodiſienſis ſiue trallianus quod magis ſuſpicor, extiterit) ſolis corpus *δίσκος* vocetur. Alij, quibus ego aſſentior, crediderunt diſcum fuiſſe laminam quandam triũ vel quatuor digitorum craſſitudine, longiorem paulò plus pede, aliàs lapideam, aliàs ferream, planam quaſi lentis ſpeciem referentem, quam in aerem proijciebant, ſed modo a iaculorum miſſione diuerſo, ſi quidem in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorſum impellebant, contrà in diſco manu ad pectus aducta, atque extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar illum in aerem eiaculabantur, vt perbellè explicauit Propertius hoc verſiculo.

C *Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat.*

Quòd enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilem habuerit prę-ter Dioſcoridem lenticulam *δίσκον* nuncupantem, expreſſe comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quę hodie Romæ in domo Ioannis Baptiſtę Victorij reſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſſa poſitũ videre licet: cuius ſtatuæ ſimiles alias duas diſcobolorum fuiſſe veriſimile eſt, quarum vnã ex ære Myronem præclariſſimum ſtatuarium finxiſſe, aliam Tauriſcum pictorem illuſtrem excellenter pinxiſſe refert Plinius li.34. c.15. li.35. ca.10. hanc formam diſci vna cũ prædictis teſtimonis ſi vidiſſet, ac mature examinaſſet Gulielmus ille Choulus, nunq̃ certe affirmare auſus eſſet diſcũ pilam rotundam in medio perforatam fuiſſe, illud attamen prætereundum non eſt, in diſco iaculando artem quandam vt Pindari interpres

 oſtendit

oſtendit, neceſſariam extitiſſe; alioqui iaculatores laude fruſtrati deride- D
bantur, & ſæpe damna inſignia ſpectatoribus afferebant, quòd a Phœbo actum fuit, quem diſco Hyacinthum interfeciſſe fabulantur. Diſco ſimile erat alterum exercitationis genus ἀλτῆρες a Græcis appellatũ, quòd in palæſtra actitari ſolitum ſcribit Galenus: hoc ab halteribus ſupra nominatis, quos ſaltatores vt vehementius ſaltarent, manibus comprehendere conſueuiſſe demõſtrauimus, diuerſum fuiſſe aperte declarauit Antyllus, cuius verba apud Oribaſium ita ſcripta reperiuntur. In capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστὶν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πυκταῖς ὁμοίως, ἢ κατὰ σύννευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. i. in capite de Halteris iaculatione.

Coll. lib. 6.

Differentia autem eſt halterum ipſorum, aut enim proijciuntur mani- E
bus extenſis & viciſim inflexis, aut in manuum protenſione, quæ quieſcunt & vt plurimum breui motu mouentur, ſolùm continentur; ipſi verò, qui exercebantur, nõ ſecus ac pugiles, introibant & concutiebãt, vel qui ſe exercebant, ſecundum dorſi aſſenſum manibus viciſim ſe flectebãt. ex quibus verbis plane indicari videtur, quòd licet halteres huiuſcemodi ex eadem materia, atque eadem forma, qua ſaltatorum pondera eſſe poſſent, nihilominus ab illis differebant, quòd non modò manibus, vt ſaltatores, tenerentur; verùm etiam varijs modis emitterẽtur, perinde ac temporibus noſtris apud multos in vſu habetur, qui ſeſe exercent aut pilam, aut lapidem vel terreum, vel plumbeum manibus, ac brachijs extenſis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Aretæus auctor non minus probatus q̃ antiquus; vbi in dolore capitis τῶν ἁλτήρων βολὴν commendauit. Et ne quis a nominum æquiuocatione errandi occaſionem aliquando capiat, illud animaduerti volumus ab ἁλτῆρος ἀλήτηρα non parùm differre, quandoquidem ἁλτὴρ exercita- F
tionis genus iam a nobis deſcriptum, nec non põdera a ſaltatoribus manibus apprehendi ſolita ſignificat, ἀλήτηρα verò genus fuiſſe orcheſticæ ſiue ſaltationis apud Sycionios vſitatum refert Athenæus, quo nomine Ithacenſes quoque vnam exercebant, quam non ſine Vlyſis fortuna atque ærumnis conſtitiſſe arbitror; ſi quidem ἀλήτηρ ex Homeri verſibus, ex Hippocratis vſu, atq; Galeni interpretatione mendicum atq; erroneũ ſignificat, quales porrò fuerint huiuſcemodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, niſi id quod Pauſanias in. v. Eliacorũ ſcripſit in hũc modum, οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέσχοντο σχῆμα τοιόνδε· κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφεροῦς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέναι, καθάπερ δι' ὀχάνων ἀσπίδος.

lib. 1. de curat. chron. cap. 1.

A ἀσπίδος.i.hi autem halteres circuli oblongioris figuram habent,neq;
dimidio ad exactiſſimam rotunditatem perueniunt: ita verò facta corú
eſt figura,vt manuum digiti tanquá per clypéi anſam immittátur:a quo
paulò diuerſius ſenſiſſe videtur Cælius Aurelianus medicus inter Lati- Li.4. chro.
nos antiquos vbi ſcribit Arthriticis conuenire ceram digitis emollien- cap.1.
dam dare,vel manipulos tenendos,quos palæſtritæ halteras appellant,
tum monendos cereos,vel ligneos, primò cum paruo plumbo interfu-
ſo,tum pro modo profectus grauiores: ex quibus verbis elicitur Halte-
res fuiſſe maſſulas quaſdam, ſiue manipulos ex varijs materijs modò le-
uioribus,modò grauioribus confectos ea magnitudine, vt manu quili-
bet caperet,qui mea ſnĩa nedũ ſolis manibus,verum ẽt funiculis halteri
bus ipſis circumfuſis deinde inter proijciendum explicatis emitteban-
tur,perinde ac faciunt hiſce temporibus multi, qui ſic aut rotulas fer-
reas,aut caſeos,aut quid aliud ſimile proijciendo certant. An verò ἁλτῆ
B ρες a Platone inter cæteras ad fortitudinem militarem comparandá exco
gitatas exercitationes nominentur,nihil certè explicatum habetur:opi-
nor tamen ego ipſum vbi.8.de legibus,hæc de mulierum proprijs exer-
citationibus ſcribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλλομένων,
nil aliud animo concepiſſe,niſi quod illæ tum lapidibus a manibus,tum
a fundis emiſſis inter ſe certare deberent,nam & ἁλτῆρες aliquando la-
pides erant,quos a manibus exercitatores eijcere conſueuiſſe indicaui-
mus; vnde ſub nomine lapidis a manibus emiſſi ἁλτῆρα Platonem in-
tellexiſſe non eſt prorſus rationi diſſentaneum veluti certum eſt fundá
ab halteribus diuerſam funiculum quendam fuiſſe, qui duobus capiti-
bus manu capiebantur,altero cum anſula ne exiret,altero ſine vt dimit-
ti poſſet,atq; in medio latior erat,vt ibi lapis contineret, qué circũacto
valide funiculo & ab vno capite dimiſſo vehementer proijciebant fun-
ditores,quã proiectionis formã duabus de cauſis a Phœnicibus,quos Pli lib.7.c.56.
nius fundæ inuẽtores fecit repertã credo,altera vt minus manibus ex la
C pidũ aſperorũ attrectatione nocumentũ accederet, altera vt lóginquius
& maiore impetu lapides ꝓijcerent; vnde Dauidé ad ꝓſternẽdũ Goliaté
funda vti voluiſſe exiſtimo,q̃m aduerſus robuſtiſſimũ Giganté maxima
vi,& maximo armorũ impetu opus eſſe cognouerat. Hoc genus certami
nis apud Baleariũ inſularũ populos vſq; adeò celebrabat, vt matres filios
ſuos alijs auibus veſci nõ paterẽtur,niſi quas funda ſibipſis cóparaſſent.
Et ideo Vergilius fundam cognomine Balearem hoc verſu appellauit.

Stuppea torquentur balearis verbera fundę

& Statius libro primo. 1.Georg.

Roboraq; & grauidas fundæ balearis habenas;

Quòd verò bellica gymnaſtica huiuſmodi exercitationem in vſu habe-
ret, faciliter ex Vegetij commentarijs vnuſquiſq; cognoſcere poteſt.

De

7.de leg. QVamuis τῆς πάσης ῥίψεως ſiue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq; omnem ſiue lapidis, ſiue iaculi, ſiue alicuius alterius proiectionem noſſe valeamus, nihilominus duas pcipuas illius ſpecies effeciſſe. 8. de legi. dialogo videtur, alterã τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα vocans, quarum duarum Apollinem atq; Æſculapium præſides extitiſſe tradit Galenus; nos primam ſagittationem, ſecundam iaculationem cunctos ferè Latinos ſecuti nuncupabimus: ſagittationem tribus præcipuis modis fieri ſolitam inuenio tum ſolis amentis, de quibus Silius lib. 14.

haſta iuuatur amento.

tum arcubus, tum baliſtis quibus ſagittas ſubtiles, exilesq; infigẽtes, ac primò tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atque hi communi appellatione τοξῶται vel τοξόται vocabant; vnde venenũ quod- E
dam τοξικὸν nominari ſcribit Paulus Ægineta medicus, quòd Barbari ſagittas ad feriendum lætalius illo inficerent: Iaculatio verò non modò ſine amento, arcu, baliſtaúe efficiebatur, verùm etiam grandiores ſagittas, craſſioresq; virgas, & plerumq; graues palos requirebat; quinimmo ſagittarij ſolis brachijs ſeſe mouebant, ἀκοντίζοντες autem ſiue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq; & præterea dorſum nec non femora pedibus immotis flectebant, agitabantq; quemadmodum temporibus noſtris quos pali iaculatores appellant, factitare conſpicimus: vtriq; tamen in huiuſcemodi exercitationibus obeundis non paucis viribus indigebant, vnde nõ ſine ratione Hippocrates multos ex Scy-
lib. de aere. aquiſ. & locis. this præ impotentia humiditatis humerum neq; arcum intendere, neq; telum contorquere potuiſſe memoriæ mandauit. Habebãt verò, qui ſic exercebantur, terminos & ſcopos ſibi propoſitos, quos modò præterire modò attingere, victoriæ gratia quiſq; conabatur quod explicauit Horatius hoc verſu. F

Libr. 1. car. ode. 8.

Sæpe diſce

Sæpe trans finem iaculo nobilis expedito

Cæterũ hoc in loco id præterire nolo, quod baliſta fuit tormenti quoq; genus, quo ſecundum Vegetium lapides, & ſagittæ eiaculabantur; & qd
li. de re milit. ſimiliter ſagittas catapultis & ſcorpionibus antiquos eijcere conſueſſe
Li. 10. c. 15 ſcripſit Vitruuius, de quibus tractare ad inſtitutum noſtrũ minime pertinet: quas verò nos ſegittationes, & iaculationes tractamus; illæ ſunt, quas gymnaſtica facultas tanq̃ proprias ſibi exercitationes complectit. Quòd.n. medicinæ gymnaſtica iaculationes, atq; ſagittationes pro ſanitatis adminiculis in vſu habuerit (licet apud auctores rarò ſcriptum in-
Gal. in ſua. ad bo. ar. ueniatur) inde tamen conijcere poſſumus, q antiqui referente Galeno,

eoſdem

A eoſdem medicinæ & ſagittationis, iaculationiſue Deos Apollinem nẽpe atq; Æſculapium effecerunt. At iaculationis vtriuſq; tam cum arcu quã ſiue, præcipuum in bellica gymnaſtica vſum apud priſcos fuiſſe locupletiſſimũ teſtem Platonem habemus, qui mulieres, & viros futuros bellis aptos hiſce in primis exercendos curauit, id qđ mulieres Scytharũ antea facere ſolitas ſciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus vti, & ſagittas eiaculari conſueuiſſe ſcriptum reliquit, vt ſileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello vacarent, ſeſe iaculando exercere, ne peritiã militarem perderent, finxit quã peritiã quantopere iaculandi, & ſagittandi exercitatio adiuuet, quantumq; eadẽ roboris lacertis afferat, clarè indicauit Vegetius in.1.de exercitatione militari lib. Athleticam neq; iaculandi exercitatione caruiſſe Hercules illius auctor fidem facere poteſt, quem ſagittandi peritiſſimum ea facultate centaurũ Neſſum quamuis remotum, & ceruam aeripedem transfixiſſe harpyasq; Loco citato.

B volucres in medio aere confeciſſe tradit Seneca, atq; cum eo alij. Ad hæc etiam diuerſæ illæ, atq; multiplices belluæ, quas in publicis ſpectaculis, ac ludis athletę modò ſagittis, modò alijs armis interimebant, clariſſimũ argumentũ præbent certatores illos athleticos iaculationẽ quoq; exercuiſſe, nec modò ignobiles, verũ etiam maxime illuſtres viros atq; etiam imperatores ipſos, inter quos duo adnumerantur Commodus videlicet Fauſtinæ Pij & prioris Fauſtinæ filiæ, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas varij generis feras in Albano ſeceſſu ſagittis plerunq; multis videntibus confodiſſe ſcribit Tranquillus, illũ centum ictibus in harena totidem feras ſtrauiſſe tã validis viribus, vt multas vno conficeret ictu, tradit Herodianus, qui ſimiliter ſcribit adeò illi certam manum fuiſſe, vt quicquid oculo deſtinaſſet, iaculo & ſagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinæ gymnaſtica locũ habuiſſe compertum eſt; cuius quidẽ iaculationis duo potiſſimum inſtrumenta fuiſſe diximus arcum, & ſagittas, libro.1.

C quos alij Scythem Iouis filiũ, alij Perſen Perſei filium inueniſſe dicunt. Plinius Iam vero ſagittarum multas ſpecies fecimus, alias ſubtiles & exiles, quæ Lib.7.c.56 arcubus, & baliſtis eiaculabantur, quaſúe plumbatas fuiſſe exiſtimo Ariſtotelis auctoritate ductus, qui in.2.de cęlo ſcripſit ſagittas per aerem latas ipſum ignire atque ipſum ita ignitum plumbum poſtmodum quod in eis continetur liquefacere: alias craſſiores, iacula a Latinis vocatas, a Gręcis ἀκόντια, quarum inuentorem Ætolum Martis filium credit Plinius alias adhuc craſſiores & grauiores, palos noſtri vocant.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER TERTIVS.

De agendis & de ratione præſentis tractationis. *Cap. I.*

MVltas exercitationum ſpecies ab antiquis in vſu habitas ſuperiori libro, qua potuimus perſpicuitate, enarrauimus; multæ adhuc reſtant non minus fortaſſe ſcitu dignæ, quàm illæ, quarum maior pars tametſi haudquaq̃ in gymnaſijs præcipue perageretur, neq; item ad ſaltatoriam pertineret, in quam & palæſtricam viſi ſumus ſuperiori libro vniuerſam gymnaſticam diſtribuere, cuncta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam ſi non proprie, ſaltem cõmuniter exer- E
citationes vocari merentur, & propterea nullo pacto à gymnaſtica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atq; ad valetudinem conferre omnes medici fatentur, vnde cum ſtudium noſtrum in hoc præcipue verſetur, vt eas omnes corporis exercitationes tradamus, quæ & valetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicata ſunt, de hisque ſingulis gymnaſticam conſiderare ſtatuerimus, vel vnum aliquod intractatum relinquere præter ordinem, & præter inſtitutum noſtrum foret. Neq; verò nobis illud vitio obijci debet, quòd de medicinæ gymnaſtica ſola ſermonem habere intendẽtes multa de athletica, plurima de bellica immiſcuerimus, atque adhuc in ſequentibus idẽ facturi ſimus: propterea quòd primum atque præcipuum conſiliũ nobis fuit de medicinę gymnaſtica verba facere, at poſtea tribus de cauſis reliqua adiunximus, tum vt aliarum duarum conditionibus breuiter cognitis tota tertiæ illius natura magis perſpecta foret, tum vt quæ confuſe de ſingulis ſimul, vel indiſtinctè ſaltem ab auctoribus tam Græcis, q̃ G
Latinis tradita fuerunt, ex diſtinctionibus noſtris perfectè diſcerni poſſent, neque vlla lectoribus errandi occaſio relinqueretur, tum quia eædem exercitationes ab athletis, a militiæ ſtudioſis, & denique a ſanitatis profeſſoribus vſitata reperiuntur, quòd ſi de medicinæ dumtaxat gymnaſtica ſermonem habuiſſemus, neceſſariò pene ſecuturum erat, vt vel hanc vnam extitiſſe crederent lectores, vel ſaltem alias ab hac vna & normas, & originem ſuſcepiſſe, quod quantos in auctoribus legendis errores peperiſſet, nemo vel mediocriter in bonis artibus verſatus videre nõ poteſt, præterq̃ quòd ſi quæ gymnaſtica medica ſcripſimus, quæúe vberius in ſequentibus dicturi ſumus, ijs, quæ de cæteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoſcet profectò illa minimã

partem

A partem obtinuiſſe, & proinde nunquam iure inficiabitur, quin manifeſtè appareat nos de gymnaſtica arte medicinæ ſubiecta, & non de vlla alia tractare voluiſſe: hæc eſt enim illa, quæ tametſi corporis vni curæ operam nauare videatur, ita tamen & illius, & animæ ſimul exercitationis, quòd in Timæo ſuo admonebat Plato, curam gerit, vt non ſinat ita corpus præ robore, atque craſſitie inſolenter ferocire, quin animi motionibus ſecundum rationem ſeſe domandum, caſtigandum, atque dirigendum ſubijciat: id quod athleticam non effeciſſe, & iccirco ab omnibus rectè inſtitutis rebus publicis ſummopere damnatam atque ignominioſe exploſam fuiſſe Galenus ſæpius prędicauit, vt etiam hac ratione meritò excuſari debeamus, ſi plura quàm par aliquis iudicaſſet, de ea locuti ſumus, quod ob id facere potuimus, vt eius natura ex vngue (ſicut aiunt) æſtimata, & exercitationum, & in viuendo ac conuerſando athleticorum motum prauitatem cognoſcere, cognitam deteſtari, atque euitare liceret.

B

De deambulatione. *Cap. II.*

Qvantum commodi humanæ huic vitæ deambulatio præſtet, ſatis aperte ſapientiſſima natura demonſtrauit, quæ mirifico quodam artificio, ſingularique & propediuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, niſi vt deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati ſumus, perficere valeremus, quod cum Prædo ille circa Coraceſium Pamphiliæ animaduertiſſet, ne homines qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua vitæ munia plenè honeſteque obire valerent, pedes illis, ſicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quam veluti neceſſariam atque in primis commodam ſiue natura ſiue Deus nobis tribuerunt, quanto ſtudio cuſtodienda atque adiuuāda ſit, nullus non videt, eo præſertim quòd ſi vllæ exercitationes corporis inueniuntur, quæ valetudinem conſeruare, imbecillitatem a morbo cōtractam pellere, & bonum corpori habitum comparare valeant quæue apud omnes homines omnesq; nationes in frequentiori vſu ſint, vna profecto exiſtit deambulatio, quam non modò medici præcipuam eorū gymnaſticæ partem effecerunt, verum etiam antiqui omnes vſque adeò æſtimarunt, vt inter cætera priuatis exercitationibus deſtinata, & in gymnaſijs & extra loca, nullius maiorem curam geſſiſſe, nulliique magis ſtuduiſſe videantur, quàm vt accommodatos omni tempore deambulantibus locos exędificarent. Nam (vt cęteros auctores fide digniſſimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cenſuerit, vnuſquiſque ex eius ſcriptis facilè comprehendet: ego certè

5. de vſu partium.

C

lib. 5. c. 9.

ante & poſt Vitruuij tẽpora innumeros in vrbibus deambulationibus **D**
locos magnificè extructos ſcio, qui omnes apud me tribus generibus cõ-
plectuntur, quia vel porticus erant, vel ſubdiales loci, vel ſubterranei.
Porticus enim quandoque theatris, quandoque templis, & illuſtrium
virorũ domibus adiungebatur, ante balnea ſimiliter fuiſſe porticus am-
5. de tu. va. cap. 11. bulationi dicatas ſcribit Galenus; quandoq; ſolæ & ſeparatæ extruebā-
tur, quales plurimæ Romæ olim fuerunt, quarum veſtigia nunc admira-
tionem ſpectatoribus pariunt, & qualis fuit Põpeiana de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus ſpatiare ſub vmbra.
& Propertius libro. 2.
Scilicet vmbroſis ſordet Pompeia columnis
Porticus aulæis nobilis attalicis & lib. 4.
Tu neq; Pompeia ſpatiabere cultus in vmbra,
Nec cum laſciuum ſternet harena forum, & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus ſpatiatur in vmbra **E**

ex quibus trium poetarum verbis clare patet Pompeianam porticum ad
deambulationes exędificatam fuiſſe, quemadmodum, & quãplures alias
in id conſtructas eſſe apud Ciceronem tertio de oratore libro diſputat.
Quòd porrò ſubdiales quoque locos ad deambulantium tam commo-
ditatem, quàm iucunditatem maiores noſtri extruerent, atque illos mo-
dò arboribus conſererent, modò nudos relinquerent, præter Vitruuiũ
qui eos in gymnaſijs & extra gymnaſia quomodo fieri deberent copio-
ſiſſime edocuit, argumento quoq; ſunt xyſta illa a nobis ſuperius decla-
rata & præcipue deambulatorium illud Athenienſium in Academia, qđ
pulcherimis platanis conſitum in id fuiſſe ſcribit Plinius, & ad cuius imi
li. 12. ca. 1. tationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in
ſuis aluiſſe exiſtimo. Subterraneos verò locos quoſdam ambulationibus
deſtinatos fuiſſe, quos ob id hypogæos Hegeſippus, & Petronius voca-
rint, haud vero diſſimile videtur, quoniam temporibus, quibus mirum
in modum luxus creuerat, fieri poteſt, vt vna cum innumeris alijs blan- **F**
dimentis excogitati ſint ad vitandas æſtiui caloris moleſtias, niſi eos po
tius credamus fuiſſe crypto porticus vndique parietibus tectas, iccirco in
eam formam fabricatas, ne ambulantes a ventis, & a reliquis aeris iniu-
lib. Epiſt. 2. & 5. rijs læderentur, qualis hodie Romæ in viridario Vaticano viſitur, & qua
les fuiſſe illos veriſimile eſt, quos Plinius ſecundus in villæ ſuæ Lauren-
tini, & Thuſcorum deſcriptionibus pluribus verbis depinxit; qui enim
ambulationibus ſeſe exercebãt, omnes ferè ſanitatis gratia illud agebãt,
vt neceſſariò cogerentur ſecundum temporum mutationes varios locos
habere, quibus citra valetudinis offenſionem ambulationes perficerent;
Nam athletas ambulationibus nunq̃ vti ſolitos ex eo credere debemus,
quòd neque in ludis, neque in amphiteatris, neque in ſacris certamini-

bus;

A bus,quibus omnibus inſeruiebant, vnquã eos ambulando contendiſſe legitur. Quòd ſi locus in gymnaſijs athletarum exercitationibus & locus ambulationibus deſtinatus, quem Xenophon & Vitruuius Xyſtum vocatum ſcribũt, vicini erant, nõ ideo inferre debemus athletas deambulãdo exerceri ſolitos, ſed alios in Xyſtis ambulare, athletas ſeorſum exerceri conſueuiſſe; niſi dicamus athletas quoque poſt vehemẽtiores exercitationes ambulaſſe, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν vocatam eſſe, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari ſimiliter peritiæ ſtudẽtes ambulationem parũ curaſſe credẽdum eſſet, poſtquam nec Plato vllam eius mentionem fecit, nec in vllo bellorum genere adiumentum effatu dignum præſtare videtur, niſi Vegetius edocuiſſet valde militibus futuris ex vſu eſſe, vt aſſiduo exercitio ambulare celeriter, & æqualiter diſcant, atque ob id veterem conſuetudinem permanſiſſe, nec non D. Auguſti, B atque Hadriani conſtitutionibus præcautum fuiſſe, vt in menſe tam pedites, q̃ equites educerentur ambulatum, & non ſolum in campis, ſed et in cliuoſis, & arduis locis deſcendere, atque aſcendere cogerentur, quò nulla res vel caſus pugnantibus accidere poſſet, quam non ante boni milites aſſidua exercitatione didiciſſent. Habuit verò hæc exercitatio multas ſpecies tum à natura illius, tum à loco, tum à fine deſumptas; à natura quidem quoniam cùm ambulationem diffinierit Galenus ex crurum motu, ac quiete conſtare, motus ille, & per conſequens ambulatio: aut erat magna vel parua, aut velox, vel tarda, aut vehemẽs, vel remiſſa: a loco autẽ variabant pariter ambulationũ ſpecies, qñquidem modò in vrbe fiebant & in gymnaſijs, modò extra vrbem, quemadmodũ Phædrus & Prodicus apud Platonẽ faciebant, nec non Iſcomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus ſeruum ſuũ equum ducentem ſequeret meliori ſe exercitatione vti dicebat, quàm ſi in xyſto ambulaſſet; modò in locis planis, modò aſperis, modò harenoſis, quos ꝓ paralyticis Aſclepiades, Eraſiſtratus, ac Themiſon male comẽdabant, modò æqualibus, modò inæqualibus, modò longis, modò breuibus, de quibus oĩbus copioſiſſime diſſeruit Ariſt. in. 5. probl. parti. a fine demũ accipiebant deambulationes, nempe quando vel vt auxilia ſanitatis ac boni habitus adhibebantur, vel ad corporis recreationem peragebantur, poſtquã.n. grauiores exercitationes confecerant, ne ſtatim ad quietẽ tamquã a contrario ad contrarium tranſitus fieret, ambulationes paucas & remiſſiores adhibebant, ſicut & poſt medicamenta, ac vomitiones, atque vniuerſum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant, quamq̃ etiam gymnaſtæ in medijs laboribus, potiſſimumque in ijs, qui graues vocatas exercitationes obijſſent, apotherapia interdum vtebantur, quod Galenus ſummopere laudandum iudicauit.

In Oecon.

lib. 1. de re mil. cap. 9. & penult.

3. de vſu partium.

In Ocono.

Celius Au. lib. Chron. 2. cap. 3.

Lib. de cauſis procat.

3. de tu. val. cap. 2.

An Erectum ſtare ſit exercitatio. Cap. III. D

QVi rerum ipſarum naturas leuiter perſcrutati ſunt nihil ambulationi ipſi, motuique diſſimilius eſſe, quàm pedibus erectum ſtare iudicarunt. At quoniam profundius quærentes in hanc ſententiam eunt, erectos. ſ. pedibus ſtantes ſi nõ ambulant, ſaltem aliquo pacto moueri, proptereaque ſtatum huiuſcemodi ab exercitationum cenſu excludi minime debere, ideo etiam de hoc ſermonem facere decreui, eo præſertim quòd multi falſis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, vt pertinaciter credant ſtantes pedibus nullo modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam hunc in modũ probantes, videlicet quòd diffinitum apud omnes auctores reperitur exercitationem motum exiſtere, cui motui ſtatum plane contrariari præter In Soph. cæteros Plato vbique prædicat, dum inter prima rerum principia ſtatum & motum veluti duo contraria collocat, quos tamen apertiſſime halluci E nari facile conuincitur, quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo videantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſſime perſuadet. Nam & multorum veterum ſententia fuit, non quæ moueri videantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere vnum eundem locum obtinentia, quæ nihilominus moueri efficaciſſimis rationibus, ac ferè ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim non tam quando modò ſurſum, modò deorſum volitant, in motu eſſe cenſentur, quàm dum in aere locum vnum ferè immobiliter occupãt, id quod ſic probatur, quia ſi auis quæ ſtare in aere immobiliter videbatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in terram decidit (vt de apode illa aue manucondiata, quam niſi mortuam in terris videri, & viuam ſemper in aere manere ferunt) non ob aliam profectò cauſam, niſi quoniã corpus illud in ſublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo motu poſtea priuatum corpus, atq; naturæ ſuæ dimiſſum ad centrum declinat, ſicuti dum contra naturæ ſuæ inclinationem ſurſum ſuſtinetur, haudquaquã cadit, neque item perfectè quieſcit, ſed quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum a natura acti, altero animæ ſurſum contra natu- F ram corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus, quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contrà ſurſum illa ſuſtinere obnitente motus quidam ſenſui immanifeſtus suboritur; cuius inditium illud habetur, quòd ſi anima a corpore erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus ille deficit cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatũ, ſurſum eleuatum continebat, vt his rationibus omnino cuiuis perſuaſum eſſe debeat eos, qui pedibus erecti ſtant, ob continuos, & cõtrarios animę corporisq;

A poriſq; obnixus aliquo pacto moueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes & à terra attollentes, erigentesque vehementer intendi, cuius intenſionis atque etiam ipſius occulti motus meritò poſtea efficitur vt ſtare maiorem laborem, ac laſſitudinem moleſtiorem pariat, quã ambulare ſicuti præclariſſime à Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neq; Plato vbi inter principia rerum ſtatum périnde ac motui contrarium collocauit, vera prorſus locutus eſt, quum Ariſtoteles. 5. Phyſicorum libro lõga oratione non ſtatum motui, ſed motum motui contrariari demõſtrauerit; niſi potius aliquis dicat Platonẽ aliud genus motus ac ſtatus myſtice (vt ſolet) intellexiſſe, quum ex ipſis naturas quoque diuinas conſtare aſſerat; ſi igitur tot rationibus ſatis comprobatur erectos ſtãtes aliquo pacto moueri, atque interdum non modicè laborare, conſentaneũ videtur, vt non ob id ſtatus ab exercitationum ordine remouendus ſit, ꝙ exercitatio diffiniatur eſſe motus, & ipſe minimè motus appellationem B mereatur, quinimmo ſicuti quamplures motus qui ſanitati, & bono habitui conferre iudicantur, & ſi vere ac propriè exercitationes non ſint, communiter tamen eſſe a nobis ſupra abũde oſtenſum fuit: ſimiliter & ſtare erectum communi notione exercitationem eſſe cenſemus. Vnde ſapientiſſimus Hippocrates, qui vlcera curanda quiete indigere aliàs prędicauit, ſtare & ſedere ipſis inimica eſſe ſcripſit, quaſi innuere voluerit, dum corpus ſurſum vel ſedendo vel ſtãdo detinetur, muſculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui vlcera ipſa in cicatricem coaleſcere minimè permittat. Num verò antiqui gymnaſtæ inter alias corporũ exercitationes huiuſcemodi ſtatum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletæ enim quum nullum ferè vſum in ſtando haberent, niſi quando Milonis imitatores erecti ſtantes ſeſe cæteris à loco dimouendos oſtentandi roboris gratia præbebant, vel ſtatu non per ſe, ſed ob alium vtebãtur, ideo haudquaquam ſeipſos in hoc genere exercuiſſe mihi veriſimile redditur, quòd C quæſo certamẽn in ſtando ſolum effectum cerni poterat, quod aut ſpectatoribus delectationem afferret, aut ſacrificijs, vel alio modo amphitęatris, aut ſtadiis inſeruiret, vt horum gratia athletas ſeſe exercere, vel certare ſtantes ſolitos dicamus? ſtabant tamen qui athletas certantes ſpectabant, ſed non ob aliud niſi vt amphitæatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere valerent, quandoquidem antiquitus ſubſellia quiſque ſibi ferrebat, quibus ad commodè & citra moleſtiam ſpectãdum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, vtebantur, iſque vſus primùm M. Meſſala & Caſſio Coſ. creuit, mox Publio Scipione Naſica cenſore S.C. cautum, ne cui in vrbe propiusúe mille paſſuum ſubſellia poſuiſſe, ſedẽtiúe ludos ſpectare licitum eſſet. Quòd porrò traditum eſt antiquis Romanis lege cautum fuiſſe, vt adorantes ſtarent ere-

Lib. de tre. & rig.

An Erectum ſtare ſit exercitatio. *Cap. III.* D

QVi rerum ipſarum naturas leuiter perſcrutati ſunt nihil ambulationi ipſi, motuique diſſimilius eſſe, quàm pedibus erectum ſtare iudicarunt. At quoniam profundius quærentes in hanc ſententiam eunt, erectos .ſ. pedibus ſtantes ſi nõ ambulant, ſaltem aliquo pacto moueri, proptereaque ſtatum huiuſcemodi ab exercitationum cenſu excludi minime debere, ideo etiam de hoc ſermonem facere decreui, eo præſertim quòd multi falſis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, vt pertinaciter credant ſtantes pedibus nullo modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam hunc in modũ probantes, videlicet quòd diffinitum apud omnes auctores reperitur exercitationem motum exiſtere, cui motui ſtatum plane contrariari præter
In Soph. cæteros Plato vbique prædicat, dum inter prima rerum principia ſtatum & motum veluti duo contraria collocat, quos tamen apertiſſime halluci- E nari facile conuincitur, quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo videantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſſime perſuadet. Nam & multorum veterum ſententia fuit, non quæ moueri videantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere vnum eundem locum obtinentia, quæ nihilominus moueri efficaciſſimis rationibus, ac ferè ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim non tam quando modò ſurſum, modò deorſum volitant, in motu eſſe cenſentur, quàm dum in aere locum vnum ferè immobiliter occupãt, id quod ſic probatur, quia ſi auis quæ ſtare in aere immobiliter videbatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in terram decidit (vt de apode illa aue manucondiata, quam niſi mortuam in terris videri, & viuam ſemper in aere manere ferunt) non ob aliam profectò cauſam, niſi quoniã corpus illud in ſublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo motu poſtea priuatum corpus, atq; naturæ ſuæ dimiſſum ad centrum declinat, ſicuti dum contra naturæ ſuæ inclinationem ſurſum ſuſtinetur, haudquaquã cadit, neque item perfectè quieſcit, ſed quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum a natura acti, altero animæ ſurſum contra natu- F ram corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus, quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contrà ſurſum illa ſuſtinere obnitente motus quidam ſenſui immanifeſtus ſuboritur; cuius inditium illud habetur, quòd ſi anima a corpore erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus ille deficit cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatũ, ſurſum eleuatum continebat, vt his rationibus omnino cuiuis perſuaſum eſſe debeat eos, qui pedibus erecti ſtant, ob continuos, & cõtrarios animę corporisq;

A porisq; obnixus aliquo pacto moueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes & à terra attollentes, erigentesque vehementer intendi, cuius intenſionis atque etiam ipſius occulti motus meritò poſtea efficitur vt ſtare maiorem laborem, ac laſſitudinem moleſtiorem pariat, quã ambulare ſicuti præclariſſime à Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neq; Plato vbi inter principia rerum ſtatum perinde ac motui contrarium collocauit, vera prorſus locutus eſt, quum Ariſtoteles.5.Phyſicorum libro lõga oratione non ſtatum motui, ſed motum motui contrariari demõſtrauerit; niſi potius aliquis dicat Platonẽ aliud genus motus ac ſtatus myſtice (vt ſolet) intellexiſſe, quum ex ipſis naturas quoque diuinas conſtare aſſerat; ſi igitur tot rationibus ſatis comprobatur erectos ſtãtes aliquo pacto moueri, atque interdum non modicè laborare, conſentaneũ videtur, vt non ob id ſtatus ab exercitationum ordine remouendus ſit, ꝙ exercitatio diffiniatur eſſe motus, & ipſe minimè motus appellationem Lib. de tre. & rig.

B mereatur, quinimmo ſicuti quamplures motus qui ſanitati, & bono habitui conferre iudicantur, & ſi vere ac propriè exercitationes non ſint, communiter tamen eſſe a nobis ſupra abũde oſtenſum fuit: ſimiliter & ſtare erectum communi notione exercitationem eſſe cenſemus. Vnde ſapientiſſimus Hippocrates, qui vlcera curanda quiete indigere aliàs prędicauit, ſtare & ſedere ipſis inimica eſſe ſcripſit, quaſi innuere voluerit, dum corpus ſurſum vel ſedendo vel ſtãdo detinetur, muſculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui vlcera ipſa in cicatricem coaleſcere minimè permittat. Num verò antiqui gymnaſtæ inter alias corporũ exercitationes huiuſcemodi ſtatum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletæ enim quum nullum ferè vſum in ſtando haberent, niſi quando Milonis imitatores erecti ſtantes ſeſe cæteris à loco dimouendos oſtentandi roboris gratia præbebant, vel ſtatu non per ſe, ſed ob alium vtebãtur, ideo haudquadam ſeipſos in hoc genere exercuiſſe mihi veriſimile redditur, quòd

C quæſo certamen in ſtando ſolum effectum cerni poterat, quod aut ſpectatoribus delectationem afferret, aut ſacrificijs, vel alio modo amphiteatris, aut ſtadiis inſeruiret, vt horum gratia athletas ſeſe exercere, vel certare ſtantes ſolitos dicamus? ſtabant tamen qui athletas certantes ſpectabant, ſed non ob aliud niſi vt amphitæatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere valerent, quandoquidem antiquitus ſubſellia quiſque ſibi ferrebat, quibus ad commodè & citra moleſtiam ſpectãdum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, vtebantur, iſque vſus primùm M. Meſſala & Caſſio Coſ. creuit, mox Publio Scipione Naſica cenſore S.C. cautum, ne cui in vrbe propiusúe mille paſſuum ſubſellia poſuiſſe, ſedẽtiúe ludos ſpectare licitum eſſet. Quòd porrò traditum eſt antiquis Romanis lege cautum fuiſſe, vt adorantes ſtarent ere-

cti, ſtanteſque Ioui ſacrificarent, quemadmodum Valerius Martialis D
de quodam ſcribit,

Multis dum precibus Iouem ſalutat,
Stans ſummos reſupinus vſque in vngues,
Aethon,

Minime ad athletas in ſacris certaminibus, vel in celebrandis ſacrificijs ludere ſolitos pertinuiſſe arbitror, quin potius altiori & æquiore cauſa illud factitatum pro certo teneo, ne ſcilicet ſedentes, ſiue iacētes in adorando ſomno (quod intente ſpeculantibus ſæpenumero contingere conſueuit) caperentur, ſed attentè ſimul, ac vigilanter diutius in adorationibus perſeuerarent, niſi dicamus illud pariter veteres effeciſſe ad præſtandam Dijs ipſis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuſcemodi pro maioribus reuerentiæ ſignis apud maiores noſtros habebatur, quæ hodierna die ſecus reputantur, veluti cooperto capite ſacrificari pro maxima reuerentiæ ſignificatione habebatur, vt in Romanis probl. ſcriptum reliquit Plutarchus, & vt Curculio ille apud Plautum inſinuat dicēs. Quis E
„ hic eſt qui operto capite Æſculapium ſalutat? quum detecto capite ſemper ambularet; haud ſecus, itaque & erectum adorare pro maxima honoris demonſtratione reputabant, ſicuti nos genuflexum: quamq̃ & Pythagoras, vel ſecundum Plutarchum Numa adorationes fieri ſedēdo voluit, quò ſicut vota rata, firmaque eſſe debere ſignificaretur. Vnde quòd erecti ſacrificarent, nequaquam athletas in ſacrificijs ſtatu vti conſueuiſſe argumentum eſt. Bellicæ ſimiliter diſciplinæ amatores parum vtilitatis in ſtando cōſequi potuiſſe, vt in eo genere exerceri petuerint mihi valde rationi conſentaneum videtur, ſi quidem ſola excepta tolerantia militibus profectò neceſſaria, quā alteram militarem virtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta ſtatio, nuſquā video, præterquam quòd neque Plato, neque Xenophon, neque Ariſtoteles, neque Vegetius futuros bellatores ſtando ſeſe exercere præceperunt tametſi Flauium Veſpaſianum patrem dicere ſolitum accepérimus imperatorem ſtantem mori oportere. Verum enim vero medicorum gymnaſtas tam ſanos, q̃ valetudinarios aliquos interdum ſtando exercuiſſe nunq̃ negarem, quoniā plurimos vſus tam ad conſeruandam ſanitatem, quàm ad præſtandum cruribus robur habere conſpicio: dum enim muſculi omnes contendūtur, & corpori anima obnitens laborat, vtrique validiores efficiūtur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibique in ventriculi fundo, vbi perfecta cōcoctio abſoluitur, honeſtius accommodantur, ex quo conijcio hoc vnum exercitationis genus poſt ſumptos cibos in vſu eſſe potuiſſe, quando non minus ad accomodandum in ſtomacho nutrimentum, quàm ad excitādum natiuū calorem, ſomnumque prohibendum valet ſicuti vulgaris illa & non penitus F

nitus

A nitus abſurda opinio, quod a prandio ſtandum, a cœna ambulãdum ſit, comprobare videtur: illud verò hoc in loco præterire nolo, magnopere differre, quiſne erectus ſub ſole ſtet, (εἱλυθερεῖσθαι vocat Galenus) an in vmbra, quòd ſtantes in vmbra nullam aliam alterationem patiuntur ab ea, quam ratione ſtatus oriri demõſtrauimus, at illi qui ſub ſole perſtãt præter iam dictam alterationem, non parum a calore ſolis mutantur, ni mirum quum Ariſtoteles ſcripſerit ipſos etiam vehementius incaleſcere, quàm illi qui mouentur, quòd ipſi ea aeris perfrigeratione careant, quam iſtos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur, ne taceã medicos, a quibus febres ex huiuſcemodi ſub ſole ſtatu generari creditur, ex quo minimè ſatis mirari ſoleo, quõ Plinius Cecilius memoriæ mandarit auunculum ſuum Plinium alioqui in viuendo ſolertiſſimum poſt cibum ſæpe, quem interdiu leuem, & facilem veterum more ſumebat, æſtate, ſi quid ocij, in ſole iacere (quod ego ſtare interpretor) conſueuiſſe; atque etiam paulò antequã ex veſuuij concrematione interiret, ſole vſum frigidam bibiſſe. Non eſt præterea ignorandum erectum ſtare perinde, atque cæteras exercitationes ante cibum quoque prodeſſe, ſententiamque noſtram, qua poſt cibos veteres ſtare cõſueſſe iudicauimus, ita interpretandam eſſe, vt ſola hæc exercitatio frequentius poſt mẽſas vſurpata fuerit, non quòd in vſu quoque ante cibum nõ extiterit, quũ quiſq; apprimè cognoſcere valeat, eos qui cæteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti ſunt, ſiue ſani, ſiue valetudinarij poſſe aliorum loco ſi non æque bene, ſaltem paulò minus pro ſanitatis conſeruatione in ſtando ſeſe exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore ſtatu ante cibos vti, modò reliquæ, quas inferius demonſtrabimus, conditiones obſeruentur.

5. partic. Prob. 34.

Epiſt. lib. 3. & 6.

B

De pugnarum generibus. *Cap. IIII.*

C

QVamuis pugnæ nomen apud Latinos atque Græcos ſcriptores multa ſignificare comperiatur, ea tamen de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, niſi exercitatio quædam, in qua duo vt plurimum inter ſe dimicabant, vel vt ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, vel vt in ludis, amphiteatris, atque alijs publicis certaminibus ſpectaculiſue coronas victoriæ conſequerentur, populumque oblectarent, vel vt optimum corporis habitum atque ſanitatem ipſam acquirerent, tuerenturque. Quomodo verò efficeretur quoniam ſatis quiſq; ex ſe conijcere valet, in hoc explicando haudquaquam immorabor, illud ſolum prætermittere nolo, apud Oribaſium duplicem pugnam in medicinæ gymnaſtica extitiſſe, alteram cum telis ſemper, alteram plerumque ſine telis, quã

σκιαμαχίαν Græci, vmbratilem pugnam vocarunt noſtri: telorum pugna efficiebatur, quando ſinguli inter ſe cum armis rudibus, vel incidentibus & pungentibus certabāt, vnde μονομαχίας nomen antiquitus D
5.chro.paſ. cap.vlti. vtraque ſortita fuit, & a Celio Aureliano hoplomachia hoc eſt armorū ficta confrixio vocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At ſciamachiam fuiſſe, quando homo aduerſus vmbram & brachijs & cruribus pugnabat, præter Platonē, qui & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus ſine aduerſario dixit, auctor eſt Oribaſius, qui ex Antylli ſententia tradit ita certantes conſueſſe non ſolùm cum vmbra manibus, atque cruribus pugnare, verùm etiam aduerſus columnā, & aduerſus palum, de quo fecit mentionem Iuuenalis; aut murum, nec
Satу.6. non aliquando ſummis pedibus pugiles imitari, & interdum tanquam ſalientes, interdum tanquā pedibus cedentes, id quod tunc potiſſimū veteres facere conſueuiſſe opinor, quando antimachos ſiue aduerſarius E
deerat, ſiue quando ita exercendus adeò delicatus erat, vt non poſſet minimum quid damni pati, quod accidere ſolet illis, qui armis quibus vis aduerſum alterum contendere ſolent. Primum enim illud innuiſſe vide
7.de leg. tur Plato vbi dixit καὶ ἔτι πάντων, τῶντε ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων
» ἀπορήσαντές ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἆράγε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐ-
» τοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν, hoc eſt ſi omnibus animatis & inanimis careamus, nunquid nos ob eorum qui nobis cum exerceantur inopiā, aduerſus noſmetipſos vere vmbratili pugna certare audebimus,
Prob.10. & poſt ipſum Plutarchus in.7. Prob. conuiuialium ἀλλ' ὁρῶ εἶπεν ὑμᾶς οἴουσπερ ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα, ideſt, ſed video, ait, vos iam vmbratili pugna aduerſus idola certare paratos. Neque verò admirari quis debet, quòd antiquos cum vmbris pugnaſſe (quaſi id ridiculū ſit) affirmarim, quoniam etiam hiſce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex ſeipſis, vt exerceantur, aduerſus aerem pugnis, brachijs, armiſque certant, vel quando aduerſarius abeſt, vel quando a nemine videri amant. Iam verò non minus telis, quā pugnis & brachijs nudis huiuſcemodi exercitationem vſurpatam eſſe rationi eſt conſentaneum. Hæ F
itaque fuerunt duæ pugnæ ſpecies, quas maiores noſtri exercitationum loco in vſu habuiſſe reperitur, ita vt nulla gymnaſtica extaret, quæ inter alias exercitationes hanc non receperit: quòd enim athletica vetuſtiſſimis vſque temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione vteretur locupletiſſimum teſtem Plutarchum habemus, qui in.5. Sympos.
2.Prob. ſcriptum reliquit, antiquitus monomachiam.ſ. aut ſingulare certamen in Piſa Ciuitate, & in Elide Peloponeſi regione iuxta Alphæum fluuium circa quam quinto quolibet anno, hoc eſt vt Pindari interpres teſtatur, alternis olympiadibus, ſiue menſibus quadraginta octo aut quinquaginta, certamina olympica Ioui ſacra celebrabantur, vſq; ad mortem deuictorum

A ctorum cadentiumq; iugulationem procedere conſueuiſſe. Pręterea narrat Galenus ſacerdotes in Pergamo priſcum morem retinuiſſe, vt æſtatis tempore monomachias vocatas exercerent, quas ne quis credat ſoli Græcorum nationi proprias extitiſſe, adeundus eſt Athenæus, qui in quarto dipnophiſton auctoritate Nicolaî Damaſceni Philoſophi peripatetici refert Romanos monomachorum ſpectacula non modò in feſtis, atque amphiteatris, verùm etiam in cōuiuijs a Thyrrenis conſuetudinem mutuatos adhibuiſſe; quamuis Romani non monomachos, ſed gladiatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Cæſaris ætate in foro nouiſſime pugnaſſe, quosúe pugnantes Smaragdo Neronem ſpectaſſe ſcribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis abſurdis plenam exercebant, vt a cæteris pugnantium exercitationibus integrè dignoſci poſſint, nonnulla de ipſis breuiter exponam. Nam illud primùm deteſtandum plane habebant, ꝙ certantes quàm grauius poterant, ſeſe ferire ſtudebant, & nō ſolùm (quod ſcripſit Scribonius Largus, qui Tiberij Cæſaris & Meſſallinę ætate medicinam Romæ exercuit) contuſiones in luctationibus patiebātur, ſed etiam non rarò vſq; ad alterius, vel etiam amborum pugnantiū interitum certamen protendebatur, quemadmodum præter Athæneū, atque Plutarchum, Galenus quoque teſtatur, qui ſe gladiatores grauiter vulneratos curaſſe, & ob id à ſuæ ciuitatis pontifice in eorum medicum cooptatum fuiſſe ſcribit; quin auctor eſt Gellius gladiatori compoſito ad pugnandum pugnæ hanc propoſitam ſortem fuiſſe, aut occidere ſi occupauiſſet, aut occumbere, ſi ceſſaſſet; vt id verum putare debeamus, ꝙ M. Tullius .2. Tuſculanarum quæſtionum memoriæ mandauit, athletas etiam vulneribus confectos ad dominos mittere ſolitos, qui quærerēt, quid vellent, ſi ſatisfactum ijs eſſet, ſe velle decumbere, nam vſque adeò mortem ac vulnera intrepidè obibant, vt nec ingemiſcerent nec vultum mutarent. Secunda turpitudinis ſpecies, qua monomachiæ huius profeſſio notabatur, fuit ciborum genus, ſiquidem Plinius memoriæ prodidit C gladiatores hordearios vocatos, quia antiquitus hordeo victitabant, ſicut poſt Plinium Galenus eoſdem & faba & ptiſana veſci ſolitos ſcriptū prodidit. Tertium gladiatorum abhominandum inſtitutum erat in ipſo certamine ſanguinem ex vulnere aduerſarij bibere, tamq̄ ij ad confirmandum animum & vires efficaciter conferret, nec non poſt pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, pręclare admodum ſic a Cypriano declamatum eſt. Paratur gladiatorius ludus, vt libidinem crudelium luminum ſanguis oblectet. Impletur in ſuccū cibis fortioribus corpus, & a ruinę toris membrorum moles robuſta pingueſcit, vt ſaginatus in pœnam carius pereat. Homo occiditur in hominis voluptatem, & vt quis poſſit occidere peritia eſt, vſus eſt, ars eſt, ſcelus non tantum geritur, ſed docetur, quid poteſt inhumanius, quid acer-

Lib. 15. ca. 18. & li. 37. cap 5.

3. de comp. med. p gen.

lib. 7. c. 3.

lib. 17. c. 7.

Primo de alim. fac.

lib. 28. c. 1. & lib. 36. c. vlti.

lib. 2. epiſt.

bius dici? diſciplina eſt, vt perimere quis poſſit, & gloria eſt, quod peremit. Quid illud oro te, quale eſt, vbi ſe feris obijciunt, quos nemo damnauit; ætate integra, honeſtâ ſatis forma, veſte pretioſa viuentes in vltroneum funus ornantur, malis ſuis miſeri gloriantur, pugnant ad beſtias non crimine, ſed furore: ſpectant filios ſuos patres. Frater in cauea, & ſoror præſto eſt, & ſpectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, vt mœroribus ſuis mater interſit: hoc, proh dolor, mater & redimit, & in tam impiis ſpectaculis, tamque diris eſſe ſe non putant oculis parricidas. Hactenus vir ille chriſtianus, cuius orationem hic exſcribere placuit, quòd ad gladiatoriæ exercitationis prauitatem oſtẽdendam, nil luculentius haberi poſſit. Qua tamen prauitate illud mihi valde turpius exiſtimare in mentem venit, quod & Reipub. libertatis, & imperatorũ temporibus rari fuerint ſiue nobiles, ſiue ignobiles, ſiue conſulares, ſiue imperatores, qui ſpectacula adeò inhumana, ac omni flagitio, & ſæuitia plena libenter, atque maxima cum voluptate non intuerentur. Nũquid autem cuiuſuis generis homines an ignobiliſſimi dúmtaxat gladiaturã exercerent, anceps valde, ſum; quòd enim Lentulus Capuæ, vt ferunt, gladiatores aleret, quòd C. Terentius Lucanus auctore Plinio gladiatorum quadraginta paria in foro per triduũ auo ſuo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quòd venales eſſent, & tria illa nephanda a nobis prædicta profiterentur mihi certò perſuadent ex omnium hominum ignobiliſſimo ſimul ac impuriſſimo genere veluti ſeruis extitiſſe. Ab altera parte cùm Galenus referat ſacerdotes monomachiam exercere ſolitos, quum Athenæus ſcribat illuſtres viros, atque Duces monomachiam exercuiſſe cum Herodianus atque Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuiſſe, & in publicis theatris, Spreta imperatoria dignitate gladiatoris partes adimpleſſe ſcribant: Quum tradant alij Imperatores ad bellũ profecturos munus gladiatorium ac venationes edere conſueuiſſe, vt ciuium ſanguine ſic effuſo pugnæ quadam imagine Nemeſis ſe, ideſt Fortunæ vis quædam expleret, vel vt inſueſcerent milites vulnera, atque cædes inſpectare, qua item ratione Solon apud Lucianũ narrat legem Athenienſibus fuiſſe vt iuuenes cothurnicibus ſiue qualeis, ac gallis pugnantibus ſpectandis ſtudium impenderent, quò illi volucres vſque ad extremam virium defectionem roſtris certantes, intuentes, ad fortiter ſubeunda pericula, & contemnenda vulnera, ne auibus ingeneroſiores apparerent, inflamarentur, cuius ſtadij mentionẽ quoque fecit Æſchines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap. 2. quum inquam hæc omnia mente contemplor, quaſi credere cogor tum nobiles aliquando, tum ignobiles, vt plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam pugnandi ſpeciem exercuiſſe; quando etiam apud Athenæum reperio nonnullos teſtamento cauiſſe vti pulcherrimæ etiã puellæ

Marginalia: D (beside "pere-mit"); E (beside "Nũquid autem"); lib. 35. c. 7. (beside "gladiatores aleret"); 3. de frac. (beside "cùm Galenus"); lib. hiſt. 1. (beside "Athenæus"); Spartian. i Pupieno, & Albino. (beside "re conſueuiſſe"); F (beside "meſis ſe"); In Anach. (beside "narrat legem").

A læ monomachorum inſtar decertarent, aut qui in delicijs fuiſſent impu beres. Atque ex his clare patet armorum acutorum pugnam inter athle tarum exercitationes adnumerandam eſſe, quos ſciamachiam quoq; in- terdum, ſiue vmbratilem pugnam exercuiſſe inde ſatis conijcere poſſe- mus, quòd Glaucus Caryſtius athleta ſtrenuus non minus ob pugilato- riam, quàm in vmbra pugnandi excellentiam celebratus ſit, eique ſtatua habitu, formaque in vmbra pugnantis erecta, vt Pauſanias narrat trada- tur, niſi certius comprobarent illud hæc Dionyſij in libro de diuinis no minibus verba ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπει ρονίκας. οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ᾽εἶναι τοὺς ἀνταγονιστὰς ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς, καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦν- τες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι. i. quod ſapiens mini me intelligens inexpertos vincendi athletas imitatur, qui ſæpe antago- niſtas imbecillos eſſe ſupponentes, prout ipſis videtur, necnon aduer- 5. Eliacorũ cap. περὶ δυναμεως. ”

B ſus eos abſentes fortiter vmbratili pugna certantes, aduerſarios ipſos vi ciſſe putant. Habuit & Athletarum gymnaſtica pugnæ aduerſus palum exercitationem. cum Vegetius ſcribat. palorum vſum non tantum mili- ribus, ſed etiam gladiatoribus plurimum profuiſſe, nec vnq̃ aut harenã, aut campum victores vllos declaraſſe, niſi qui diligenter ad palum fuiſ- ſent exercitati. Ad hæc bellicam gymnaſticam, pugnarum armatarum vtrarumq; exercitationibus minime caruiſſe abunde demonſtratum eſt & a Platone, & ab Ariſtotele, qui in libris Politicorum ſemina quædam huiuſce exercitationis monſtrauit, ac fortaſſe in illis perfecit, quos ab eo ſcriptos a nobis deſiderari omnes docti ſciunt, quamuis credibile eſt, dũ ad perdiſcendum exercerentur, rudia tela plerumq; in vſum veniſſe, qđ enim huiuſcemodi concertationes maximam ad belli peritiam vtilitatẽ præſtarent, nemo qui hiſce temporibus eorum profeſſores ſpectauerit, negaret, quandò ſimiliter Plato tanti eas facit, vt cæteris exercitationum generibus pro offenſione ſimul & diffenſione præpoſuerit, in ipſiſque lib. 1. de re milit. 7. de legib.

C mulieres & viros elaborare voluerit. Hanc rudibus armis factam milita- rem monomachiam illam fuiſſe, quã Hermippus Mantinęos inueniſſe, & Cyreneos æmulatos eſſe ſcribit, ego ferme credo, ſicuti ſimiliter exiſti mo quam ſcrimiam vulgus dicit, eam ipſam, & non vmbratilem pugnã, vt Gulielmus Choulus & alij nonnulli falsò autumarunt, eſſe, de qua lo cutus Plato mea ſententia videtur, quãdo in Lachete ſcripſit iuuenibus conducere, vt armis pugnare diſcant, quoniam ſic habitus corporis ro- buſtus acquiritur, nec vlla exercitatione inferior hæc eſt, aut minus labo rioſa. In hac haud quaquam certatores, quemadmodum gladiatores ſe vſque ad necem feriebant, ſed rudibus telis quaſi ſeſe petere inuicem ſi- mulantes, quandoq; etiam re vera ferientes, & plagarum inflictiones, & auerſiones ediſcebant. Aliquãdo tamen cum vmbra armis etiam pugna- Athenæus lib. 4.

bant, quod Celtas poſt cœnam factitaſſe Poſſidonius auctor eſt. Iam vero omnium frequentiſſime pugnam aduerſus palum exercebant, qui militarem diſciplinam comparare optabant, quam exercitationem ita factitatam ſcribit Vegetius, quod a ſingulis tyronibus ſinguli pali defigebantur in terram, ita vt micare non poſſent, & ſex pedibus eminerent, contra illum palum veluti contra aduerſarium ſcuto, & clauā tanquam gladio ſe exercebat, nunc quaſi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, inſultaret, inſiliret, & quaſi præſentem aduerſarium, ſic palum omni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinę gymnaſtica hoc exercitationis genus receperit, facilè cognoſcet ille, qui Antylli orationem apud Oribaſium penſitauerit, is quidē veteres Græcos haud quaquam armorum pugnam pro valetudinarijs in vſu habuiſſe, ſed dumtaxat ad efficiēdos in bellum paratiores milites ſcribit, additq; Romanos primos eam, quæ pro ſanitate exerceretur, inueniſſe, quos Idoneis quibusvis locis, rudibusq; telis primò eam exercuiſſe, & deinde in gymnaſia inuexiſſe veriſimile ſit, quum Galenus inter alia gymnaſtæ munera etiam armorum exercitationem tanquam bono corporis habitui conducentem recenſeat. Nā gymnaſticos tam armorum, quam vmbræ pugnam ꝓpoſita ſanitate vſurpaſſe ſatis clare monſtrauit Galenus, vbi ad exercēda brachia, atq; crura ſciamachiam comendauit, hoplomachiā verò a Damea inuentam multorū membrorū optimo ſtatui conferre tradidit; quā.n. armis peragebant exercitationem hoplomachiam vocatam fuiſſe præter nominis ipſius rationem, non modò Galenus teſtatum reliquit, verùm etiam Celius Aurelianus, vt paulò ante demonſtrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, ſiue potius aduerſarium grauiter & præſertim in oculis ferientem, hiſce verſibus carpit.

Lib. 1. de re mili. c. 11. — 6. collect. — 2. de tu. val. c. 11. & . 12. — Lib. 8.

D — E

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Feciſti medicus, quod facis hoplomachus,

F

Quamobrem ex his omnibus perſpicuum cuiuis eſſe poteſt pugnā tum armorū vtrāq;, tū vmbræ in omni gymnaſticæ ſpecie locū habuiſſe, iam ad alias, quę reſtant enarrandæ, antiquorū exercitationes, tranſeamus.

De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus. Cap. V.

PRæter exercitationes, quas iam perſpicue quantum in tanta licuit rei obſcuritate, explicauimus, multę aliæ extitere, quæ licet vbique locorum prout temporum & hominum variæ occaſiones poſtulabant, agerentur, pręcipue tamen in gymnaſijs effici conſueuiſſe Galenus ſentire videtur, ex verò ſunt τὸ ἀκρο-

3. de tu. ua. cap. 6.

χειρί-

A χειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν ideſt manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare: nam ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctæ partem quandam fuiſſe putarint, quando ſcilicet luctatores primoribus tantum digitis inſertis periculũ roboris faciebant, ſed hos malè ſentire vnus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. cap. 8. ſtatim luctã ab acrochiſiſmo diſiũgit. Erat igitur acrochiriſmus colluctatio quædã ſummis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipſis digitis tangebatur, donec aduerſarius deficeret, perdurãs. Hac athletæ per raro in publicis ſpectaculis contendebant, aliquando tamen ad eã vſum reuocabant, ſi quidem apud Pauſaniam legimus ſoſtratum cognomine Pancratiaſtem in huiuſcemodi certamine maximam laudem conſecutũ, & ob id ἀκροχειρισὴν quaſi per excellentiam nominatum, cum aduerſariorum ſummas manus tam fortiter appræhenderet vt non prius eos dimitteret, q̃ eliſis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunq; pariter militari gloriæ inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι ſolebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora ſimili ratione effici ſibi ipſis perſuaderent. De Celtis refert Poſidonius, ꝙ in armis excitati inter ſe acrochiriſmo certabãt. Porrò valetudinis ſtudioſos huic exercitationi operam nauaſſe & Galenus, & Paulus Ægineta concorditer aſſerunt Hippocratem, ſiue Polybum ſecuti, qui in libris de diæta achrochiriſmum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν tam Galenus, quàm Auicenna Arabum omnium doctiſſimus explanarunt dum vtrique verbis plane ijſdem ſcripſerunt ecplethriſſare fuiſſe, cum in plectro ideſt in ſexta parte ſtadij, quis ꝓrſum retrorſumq; viciſſim, idque ſæpe in vtramque partem ſine flexu curſitans vno quoq; curſu breue quiddam de ſpacio demebat, quoad deniq; in vnico greſſu conſtitiſſet, vel vt dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio ſtetiſſet. Cæterum πιτυλίζειν idem quod geſticulari & crebro motu manus ciere opinatus fuit Politianus, quem alioquin eruditiſſimum toto cælo aberaſſe facillime ex Galeni, ac Auicennæ oratione conuincitur, a quibus pytiliſſare diffinitur fuiſſe, ſi quando ſummis pedibus quis ingrediens, vel ſtans, vt ſentit Auicenna tenſas in ſublime manus hanc antrorſum, illam retrorſum celerrime mouiſſet, qua exercitatione maxime ante parietem ſtantes vti ſolebant, quò ſi interdum aberraſſent facilè pariete apprehenſo erigerentur, de hoc ſermonem habuiſſe poteſt Plutarchus, dum dixit Lycurgum olim propoſito decreto illas exercitationes, quæ manibus in altum ſublatis efficiebantur, vetuiſſe, ne quis laborando conſueſceret defatigari, de hoc item locutum eſſe Iuuenalem arbitratus Scaliger legebat.

[6. Eliac.] [B] [2. de tu. ua. cap. 10.] [Lib. 2.] [Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.] [C] [In Miſc.] [In vita Lycurgi.] [Sat. 11.]

Qui Lacedæmonium pityliſmate lubricat orbem

Sed nos aliter ſuperius legendum demonſtrauimus. Præter hæc enumerantur

2. de tu. va. rantur aliæ exercitationes a Galeno veluti ſi cuipiam alter iuſſiſſet vt ſe D violenter detraheret, inflecteretque, dum ipſe non manibus modò, verùm etiam cruribus, ſpinaque conſtans, & non flexus reſiſtebat, quo genere Milonem ipſum exercuiſſe ſe ferunt, dum aliàs conuellere ſe, moue reque de loco volenti permitteret, aliàs vtique ſi manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui ſimiliter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis præbebat; quamuis enim hæc potius ad roboris oſtenſionem efficerētur nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebantur, quēadmodū item quum alterum quis medium complexus, aut etiam ipſe medio cōprehenſus manibus digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectebatur abſoluere ſeſe iubebat, aut ipſe ſe a complectente ſoluebat. Ita quoque ſi quis alterum qui verſus ipſum ſe inclinabat, a latere aggreſſus ilia manibus complexus, ſeu vnus aliquod ſublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis ſi dum geſtabat ipſe, nutu renutuque corporis E vſus eſſet, exercitationem agere dicebatur, périnde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorſum trahebant, ac alij multi ab Auicēna relati, quos enarrare abſtineo, quoniam omnes ſimiles motus potius luctatorum variæ roboris iactationes, quàm exercitationes per ſe ſeparatæ erant. Quales item erant illæ quæ a Socrate in Platonis Theęteto ſignificantur ſub his verb. κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πη ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. i. Paulatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & niſi aliquo modo noſmet ipſos defendentes euadamus, pœnas luemus, perinde atque illi, qui in palæſtris in linea ludunt, quandò ab vtriſq; capti, in contraria diſtrahunt.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*

SPiritus etiam cohibitionem inter exercitationes & præſertim apotherapeuticas ab optimis gymnaſticis repoſitas fuiſſe memoriæ tradidit Galenus. 3. de tuen. val. lib. & ante ipſum Celius Aurelianus inter medicos non infimus: hanc verò tunc F effici omnes docti ſciunt, quando cuncti thoracis muſculi, qui circa coſtas habentur, vſque adeò intenduntur, coguntúrque, & expiratio vocata perfici nequeat, nam duæ ſunt, quæ vniuerſam ſpirationem complēt inſpiratio ſcilicet, & expiratio. Inſpiratio ea eſt, quando aer ad temperandum cordis feruorem, ſpiritusque generandos in pectoris ſpacia trahitur. At expiratio tunc agitur cum fuligines in corde genitæ per caua ipſius pectoris extra educuntur, vnde cum per muſculos thorax, cæteraq;

ſpirationi

A ſpirationi deſeruientia inſtrumenta coarctantur, ita vt nec aer intus ingredi, nec fuliginoſa recrementa exire queant, reſpirationem intercipi ſiue cohiberi dicitur. qua cohibitione tum gymnaſtæ medicorum in primis, tum athletæ exercitationis & auxilij loco non rarò vtebantur. Medici quidem vel medicorum gymnaſtæ duplicem ſpirationis cohibitionẽ in vſu habebant, alteram in qua vniuerſi thoracis muſculi tendebantur remiſſis, qui ſunt in ſepto tranſuerſo atque abdomine, vt facilius excrementa deorſum truderentur; alteram in qua abdominis quoque muſculi tenduntur, quò videlicet ea, quæ ſub ſepto ſunt viſcera, exercitationis fructum ſentirent, in ambabus vero faſcias quaſdam adhibebant, quibus thoracem atque coſtas nec non ventrem cingentes felicius propoſitum aſſequebantur. Propoſitum autem habebant huiuſcemodi exercitatione modò calorem in exercitationibus acquiſitum, ſiue ipſum natiuũ auctum confirmare, modò ſpiritualia membra iuuare, modò excrementa B pectoris expurgare, ſi quidem ſpiritus in tali inhibitione vndique cõmpulſus, dum in anguſtos ſe meatus recipere cogitur, eoſq; ſi amplius truſus propulſusque fuerit, etiam penitus pertranſire, extenuati iam excrementi, ſecum nonnihil arripit; quinimmo quantò is vlterius per vim coactus impellitur, tantum ab ipſo quædam impelluntur, quædam trahuntur, impelluntur quidem quæ ante occurrunt, attrahuntur quæ ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motu vtraque coacta, vt nemo his rationibus perſpectis mirari debeat, quod Eryſimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Ariſtophanis ſingultum ſpiritus cohibitionẽ in primis commendarit, quam poſtea Ariſtoteles nõ ſolum ob antedictas cauſas ſingultum extinguere, verùmetiam partes corporis interiores calefacere pluribus verbis probauit, quod idem Galenus & aſſeuerauit & clariſſima oratione confirmauit. In hunc igitur modũ, atque his de cauſis a gymnaſticis inſtitutam ſpiritus cohibitionem legitur, quos vt melius res ipſis ſuccederet, etiam hanc regulam obſeruaſſe arbitror, nempe C vt primò leuiter, ac breuiter, deinceps vehementius & diutius ſpirationem inflatis buccis contineri imperarent, demum relaxari iuberent, ita namque ſecundum præceptum illud hippocraticum omnia ἐκ προσαγωγῆς agenda antiquos medicos voluiſſe reperio. Athletæ autem quamuis hoc exercitationis genere nunq̃ præcipue vterentur, nimirum ꝙ nullibi ad gloriam ſiue ſpectatorum oblectationem aſſequendam ipſis deſeruiret, nihilominus eos inter cæteras obeundas exercitationes ſpiritus quoque retentione duabus de cauſis vſos credo, tum vt a laſſitudine recrearentur, perſpirabilemq; ſimul & purum ad ſubſequẽtes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus ſignificaſſe videtur; tũ (quod rationi magis conſentit) vt maius robur in impulſionibus, compreſſionibus, ſaltibus, atq; ſimilibus ex ſpiritu retẽto compararent, in his enim omnibus.

Prob. ſect. 33.

3. de Symp. cau.

3. de tu. va. cap. 2.

omnibus agendis maiores quodam modo vires effici, ſi ſpiritus detineatur, quotidie declarant onera geſtantes, nec non cæteri omnes grauiores operarij, quos vt maximos labores facilius ſuſtinere queant, ſpirationem cohibere cernimus, quaſi ex tali retentione ſpiritus intus aucti, & robur creſcere faciant, & impetus efficaciores reddant, accedit his, quod ſicuti dicebat Ariſtoteles, retentus ſpiritus venas implet, itaque humores exire diſſlariúe non patitur, vnde poſtea retentis illis neque laborantes ſudoribus diffluunt, delaſſanturúe, neque vis, quam in humoribus, ſpiritibus, & membris ſolidis conſiſtere medici omnes fatentur, vlla ex parte flaceſſere aut diminui ſolet. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnaſticam non parum ex ſpiritus retentione adiumenti capere conſueuiſſe, quemadmodum medicinæ gymnaſticos eandé quãplurimum æſtimaſſe (ni fallor) abunde probatum eſt.

2. partic. prob. 1.

D

De Vociferatione & riſu. Cap. VII.

E

INter cæteros, quos plurimos atque neceſſarios in humana vita vſus habet ſpiratio, non infimum locum obtinuit vociferatio, quæ cum nil aliud ſit, quàm aeris vehemens percuſſio, tam materiam, quàm effectorem & formam vel a reſpiratione ſola, vel ſaltem non abſque ipſa ſuppeditari Ariſtoteles, & Galenus præclariſſimis in id editis commentarijs probarunt; & iccirco non ab re futurum eſſe duxi, ſi poſtquam de ſpiritus retentione verba feci, ſtatim vociferationis tractationem ſubiungerem; neque enim ab hac me remouere debuit quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quã pauciſſima de vociferatione ſcriptis tradiderit, quaſique eam inter exercitationes numerari debere non cenſuerit, quandoquidem Antyllus apud Oribaſium medicus celebratiſſimus non modò eam exercitationem eſſe voluit, verùmetiam cùm ad morborum diuerſorum curationem, tum ad vocis ipſius cultum valde æſtimatam fuiſſe ſcripſit, quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs vno ore poſterioribus ſæculis comprobarunt. Nunquid verò athleticæ profeſſores, aut militaris diſciplinæ ſtudioſi hoc exercitationis genus in vſu haberét, & ſi apud nullum auctorem notatum aduerterim, perſuaſum tamen mihi eſt neutros horum vociferationem tamquã propriæ ipſorum profeſſioni aut conuenientem aut ſaltem neceſſariam exercuiſſe, quòd ſi dicat quis & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conſerendis clamoribus non ſine vtilitate vſos, quando Cæſar haud fruſtra antiquitus inſtitutum fuiſſe ſcribit, vt in bello committendo ſigna vndique concinerent, clamoremque vniuerſi tollerent, quibus rebus & hoſtes terreri, & ſuos incitari exiſtimauerunt, propter hoc minime ſequitur vociferationis exercitationem,

Lib. 1. ſer. 3. cap. 5.
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
3. de bello ciuili.

F

A tionem,de qua nos agimus, militari diſciplinæ adipiſſendæ conferre.
Duo ſolùm hominum genera vocis exercitationi ſedulo operam dediſ-
ſe reperio,hiſtrionicæ videlicet profeſſores,& medicorum gymnaſticos.
Hiſtrionicam enim profitentes,ſub quibus præcones, choriſtas, tragæ-
diarum,& aliarum fabularum ſimilium recitatores,nec nõ vocibus cer-
tantes colloco,vociferationibus exerceri ſolitos locupletiſſimus teſtis eſt
Plato in Ione,& Ariſtoteles in problematum libris,in quibus legit Phry 11.&.19.
nici,nec non etiam antiquioribus temporibus tragædias,comœdias,di- partic.
thyrambas,atque leges ipſas cantu recitari conſueuiſſe, ob quod vocis
exercitatio tantæ exiſtimationis fuit,vt ſicuti de athletica mõſtrauimus,
publicæ vociferationis certamina a Cælio Aureliano ſub modulationis lib.5.chro.
agoniſticæ nomine intellecta propoſitis victori pręmijs inſtituerentur, cap.vlti.
quem morem vſque ad Galeni tempora perduraſſe ex eo conijcere poſ-
ſumus,quod.7.de medicamentorũ compoſi. ſm locos lib.multa medica
B menta recenſet,quibus antiqui medici in ijs,qui voce contendere debe-
bant tum ante,tum poſt certamen vtebantur,vbi ſimiliter narrat tempo
re ſuo phonaſcos omnes,citharædos ſcilicet,præcones, nec non tragæ-
diam,ac comœdiam perſonatos repræſentantes,qui magno vocis exerci-
tio vtebantur,ſi quando vocem contendendo oblæſiſſent, balneis mul-
tis,& cibis leuibus,atque laxantibus vti ſolitos, ex quibus verbis cuiuis
intelligere licet non modò hiſtrionicæ profeſſores voce & cantu (quod
dixit Plato) ſimpliciter in recitãdis drammatibus,rhapſodijs,alijſúe imi- In Ione
tationibus ſuis,verùm etiam alta voce vſos, atq; ijs interdum vniformi-
bus,interdum varijs,& mutatis, veluti in tragædia ad mœroris calamita
tiſque magnitudinem augendam factum olim ſcribit Ariſtoteles, vnde
mirari debet nemo, quòd Cornelius Celſus memoriæ prodiderit apud 19. partic. prob.
nonnullos morem fuiſſe vocis gratia adoloſcentulos infibulare, quan- lib.7.ca.25
doquidem illi, qui hiſtrionicæ operam nauare ſibi propoſuerant, cum
C opus magna voce haberent,ad euitandam venerem,a qua ſummopere il
la labefactatur,infibulatione non parum iuuabantur,& ideo ipſa in tam
frequenti vſu recepta erat,vt omnes ferè comœdi,alijúe hiſtriones infi-
bularentur,quemadmodum Martialis atteſtari videtur his verſibus, in
quibus de duobus hiſtrionibus verba facit.

Menophili penem tam grandis fibula veſtit, Lib.7.
Vt ſit Comœdis omnibus vna ſatis, & alibi
Dum ludit media populo ſpectante palæſtra,
Heu cecidit miſero fibula,verpus erat

& quemadmodum Iuuenalis inſinuat vbi ſcribit.

Soluitur his magno Comœdi fibula Saty.6.
&
Si gaudet cantu nullius fibula durat

Vocem vendentis prætoribus D

Satis itaque conſtat vociferationis exercitium maiorum noſtrorum temporibus in vſu extitiſſe hiſtrionibus,quod vbi nam locorum peragereť, & cur inſtitutum foret,quid apud probatos auctores legerim, in mediū afferam.De loco certum eſt tam Græcos, quam Romanos locum ſecundum Pauſaniam imagine theatri conſtructum habuiſſe,in quem deferebantur poemata,priusq̃ in theatro agerentur,& ex quo certamina muſica ſpectabantur,ὠδεῖον a Græcis, a Latinis ipſis odeum vocatum, in hoc vocis exercitationes atque certamina prædicta effici cōſueuiſſe exiſtimo, qñ Suetonius Trāquillus Neronē, muſicum certamen inſtituiſſe,Domitianumq́ue odeum vbi præter citharædos,cithariſtæ, atque pſallocithariſtæ certarent,excitauiſſe ſcribit, quamq̃ alibi quoque & præſertim in gymnaſiorum exedris,in quibus philoſophos, & rectores diſputare ſolitos accepimus veteres vociferationibus certaſſe, ſe ipſoſque exercuiſſe ſuſpicor,cum ad formandas excolendasq́; voces alios in concauis locis, alios prope maris littora,vt de Demoſthene fertur, vociferari, legere, & cantare conſueuiſſe legamus.Porrò finis cuius gratia huiuſcemodi exercitationes veteres in vſum prouexerint, multiplex fuit, ſicut a Platone, Ariſtotele,ac Plutarcho intelligere poſſumus,nā vociferationibus exercebantur vel vti in choris, in Sophiſtarum ac aliorum ad hoc inſtitutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιςρόφους ſiue aduerſarios ſuperarent,vel vt in ſcena & theatro quiſq́; munere ſuo cum laude fungereť. Cæterum an eodem tempore vociferationis exercitatio & ad hiſtrionicum,& ad medicum vſum tracta fuerit,haud quaquam certò ſcio,ſed cū animaduerterim Cornelium Celſum inter exercitationes imbecilli ſtomacho conferentes claram lectionem commendaſſe, ſimiliter, & Cæliū Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis vocis exercitium anaphoneſin a Græcis vocatum probaſſe,necnon in vocis amputatione & alijs morbis exercitium idem adhibito præceptore adminiſtrandum conſuluiſſe,ad credendum abducor ætate illa vocis exercitationum in medicorum gymnaſtica locum habuiſſe, atque ipſos gymnaſtas vocem exercendi,modos,tempora & regulas caluiſſe, tametſi poſtea Plutarchi atq́; Antylli temporibus ipſa maius incrementum ſuſceperit, nempe quandò pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem vocis rite initam non modò ad vocis conſeruationem & ad aliquorum morborum curationē,ſed etiam(quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam valetudinem,& ad corporis robur verum efficaciſſimam eſſe,vt potē quæ thoracem,ac vocalia inſtrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet,partibusq́ue maxime vitalibus & principaliſſimis vim internam,vigoremq́ue firmum & genuinum inſerat,ob quæ fortaſſe refert Galenus.Theſſalum illum ætate Neronis,vt ſcribit Plinius, magna

lib.1. Atti.

In proæ. In lib. de tuen.ſan. In.xix.partic.prob.

Lib. 1.c.8. lib.1.chro. ca.1.& lib. 2.cap.6.

In libro de tu.val.

4.Meth. lib.29.c.1.

E

F

A gna in exiſtimatione habitum & a ſe ipſo iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis vlceribus adhibuiſſe. Modus auté, quo huiuſce modi exercitatio peragebatur, talis ab Antyllo traditur, quum aluus deiecerat, primò leniter fricabantur, ac præcipuè inferiores partes, facies\[q\]ue ſpongia aut madefiebat, aut ablnebatur, deinde prius ſenſim, ac per internalla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, pòſt verò ad vociferationem accedebant, in qua doctrinæ expertes ea dicebant, quorum meminerant, quæúe clara & multas habere lenitatis & aſperitatis mutationes habere videbantur, ſin auté verſus ſciebant, iambicos dicebant, & tertius locus Elegiæ dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus præſtantius iudicabatur memoria recitare, quam legere, & vt admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quàm nimis commotis vociferationibus, & iurgioſis clamoribus vti: in primis vociferabantur vocem quàm grauiſſimis fieri ſonis poterat, pro- In lib. de tu. val.

B ducendo, tum ad acutiſſimos eã redigendo, deinde quum nõ multum in acuto ſono permanſum foret, retro viciſim reflectebant, paulatim vocẽ diminuendo, donec ad grauiſſimam a qua ductum initium erat, reuerterentur, atque hunc in modum tota vocis exercitatio abſoluebatur, adhibita interim ratione virium, alacritatis, conſuetudinis, & denique aliorum, de quibus Plutarchus in libro quem de conſeruanda valetudine inſcripſit, copioſe diſſeruit, ea autem omnia agebant tam accumbẽtes, quã ſedentes, aut ſtantes, vt hac ratione loca ampla huiuſcemodi exercitationi minime neceſſaria iudicauerit Socrates. Et quoniam diximus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuiſſe meritò quis a nobis ſciſcitari poſſet, qua ratione illud factum credamus quum Plato quamplutibus in locis diuerſam & penè contrariã gymnaſticæ muſicam effecerit, quòd altera animum, altera corpus reſpiciat, cui reſpondendum eſſe iudico muſicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijſque compoſita eſt, omnino a gymnaſtica ſeparari, quia ſic animorũ

C ſolatio atque iucunditati ſolummodo ſtudet, moreſque hominum aliquo pacto componere apta eſt, ob quod eam Plato & Ariſtoteles in optimis rebus publicis pueris addiſcendam ſtatuerunt. Quatenus verò muſica ipſa voce vtić, & modò graues, modò acutos, modò medios ſonos, q non ſine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnaſtica locum obtinere perſpicuum fit; cuius rei illa aſſignari ratio poteſt, quòd muſica tota ordinatis vocis motibus plena exiſtit, qui ſecundum Ariſtotelis ſententiam naturam vireſque noſtras & augent, & ſeruant, vt hac dẽ cauſa nemo inficiari debeat, quin muſica perinde, ac vociferatio gymnaſticæ medicorum exercitatio quædam reputetur, quandò id Celius Aurelianus medicus ſæpe teſtatum fecit, & præcipuè dum in furore, atque in catarrho, vociſúe abſciſſione curandis modò vocis exercitium muſi- 19. partic. Prob. 38. lib. chron. ca. 5. & lib. 2. c. 6. & 13

co

co monitore compoſitum, modò anaphoneſim adhibito præceptore, & D
temporum ordine ſeruato, modò eandem ſub magiſterio aliptæ, vel mu
ſici præcipientis ineundam præcipit. Ad hæc gemitus quoque inter gy-
mnaſticas vocis exercitationes recenſeri debere cenſeo, nempe qui vltra
clamores, atque vlulatus, quos fere ſemper ſibi aſſociatos gerunt, lachry-
mas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum exercita-
7. Polito. cap. vlt. tionum inſtar exinanire poſſunt. Et iccirco Ariſtoteles iure eos impro-
bandos eſſe voluit. qui pueris lege ploratus prohibent, ita enim ab ipſo
ſcriptum inuenitur τὰς δὲ διατάσεις τῶν παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ
" ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κολύοντες ἐν τοῖς νόμοις συμφέρουσι γὰρ πρὸς
" αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ
" πνεύματος, κάθεξις, ποιεῖ τὴν ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν ὃ, συμβαίνει καὶ τοῖς
" παιδίοις διατεινομένοις. i. Puerorũ vero diſtẽſiones atq; plorat⁹ qui in
legibus prohibent, haud recte faciunt, conferunt enim ad incrementum
cum ſint quodammodo exercitationes corporum, ſpiritus nanque cohi- E
bitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-
ſtenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exerci
2. tuſc. qu. tationem, & vtilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas in-
ter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriæ mandauit, quaſi il-
lud ad augendas actionum vires non parùm adiuuaret. Riſum pariter ſi
quis inter vocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo halluci-
nabitur, quòd (ſiue is titillatio præcordiorum exiſtat, quemadmodum
2. de parti. animaliũ. & 35. parti. prob. 6. In lib. de nat. hom. Ariſtoteles ſenſit, ſiue (vt eſt apud Meletium) motio quæ in faciæ exiſtẽ-
tes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiri-
tus agitatione ab intimis viſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum
atq; intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra
agitare, & non parùm exercere apparet. Quis enim non videt homini-
bus, dum rident, tota viſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pe-
ctus concuti? innumeriſque ferè affectionibus eorum ſtatum affici, quę
ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliqñ mortem attulerũt, F
ita quoq; alios non parùm iuuerunt, vt falſum dixiſſe apud Xenophon-
In Pæd. Cyri. tem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque riden-
tium animis neque corporibus prodeſſe credidit.

De Cricilaſia, Trocho, & Pilamalleo. *Cap. VIII.*

SI ea omnia, quæ antiquis temporibus vſitata, ac vt ſic dicam,
2. de anat. admini. in princ. peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de ana
tomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus
ſcriptis mandata non interijſſent, multos profectò labores,
quos homines quotidie in obſcuris, ac antiquatis rebus ad lucem reuo-
candis

A candis ſuſtinent, citra vllam iacturam effugiſſent, ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateque obſoluerunt, alia difficili obſcuritatè deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſæculorum negligentia núquam proprium nitorem recuperarút, hinc factum eſt, vt indies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoque a veritate procul aberrare, inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno precio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tantò maiore excuſatione dignus videor, quantò pauciores, aut ferè nulli ſcriptores ſuperſunt, a quibus inſtitutum meú dirigi queat ne ſileam plurima exercitationum genera, quæ quòd téporibus noſtris deſueuerint, veterumque peragendi eas ratio non habeatur, quomodo
B fierent, qualesúe eſſent diuinandum eſt potius, quàm certi quicquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilaſia atque trocho contingit. Nam κρικηλασίας, quæ circuli impulſum latinè ſonat, modum atque figuram tametſi Oribaſius ex Antyllo explicaſſe videatur, tamen res ipſa vſque adeò tenebris inuoluta eſt, vt perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & conditiones dignoſcere, ſed ne quis nos vel craſſæ ignorantiæ, vel temeritatis, vel timiditatis, vel arrogantiæ crimine iuſtè notare queat, ipſius Oribaſij verba græca ex Vaticano codice deſcripta in medium adducam, quæ ita in libro Collectàneorum. 6. ad Iullianum leguntur. Ἐλάσσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώπου, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μασῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύλινον ἔχων τὴν λαβήν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττούς, τὸ δὲ οὐχ cap. 16.
C οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψόφος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ. i. habeat vero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita vt ipſius altitudo vſque ad mammas pertingat, neque ſecundum longitudinem, ſed in tranſuerſum impellatur, ſit autem impulſor ferreus ligneam anſam habens. Nonnulli tenues annulos rotæ circumpoſitos ſuperuacaneos eſſe putarunt: at hoc minime ita ſe habet, quinimmo ſonus ab ipſis genitus relaxationem, atque voluptatem animo parit. Ex quib⁹ verbis clarè patet in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentię annuli parui infixi erant, quadam ferea virga anſam habente in tranſuerſum latus impellere conſueuiſſe, ſed cum hac ætate in vſu non habeatur, poſſumus ſanè aliquid diuinare, at eius formam & conditiones penitus cognoſcere minimè licet, quòd enim trochus græcus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminú.

Seu Græco iubeas trocho D

fieri quidẽ poteſt, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille ęque ſit nobis ignotus. Quòd item petaurum fuerit aliquis fortaſſe in animũ induxerit ſuum, verum tamen rem ſecus ſe habere facilime perſpiciet, dum ſcire vellit id machinam quandam ligneam fuiſſe, qua homines rotis quibuſdam in aerem iactabantur, vt, præter nominis illud indicantis vim, teſtatus eſt Iuuenalis Saty.14. hoc verſu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq; ſolent rectum deſcendere funem

& Martialis libro.11.

Quam rota tranſmiſſo toties impacta petauro,

vnde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilaſiæ aſſimilari patet, quamquam credo petauero valde ſimilem eſſe iactationem illam, quæ hodie apud multas puellas & pueros efficitur aſſere funibus quatuor ad laquearia ſuſpenſo, & ibi ſedentibus pueris aut puellis veluti E per aerem iactatis, ſicut nec prorſus abſonum eſt raptorium illud machi-

ſ.Chron. cap.vlt. namentum à Cælio Aureliano macron ſparton vocatum vel ipſummet petaurum, vel ſaltem non ei diſſimile fuiſſe. Iam vero ſi quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilaſiæ æquiparari queat, id profecto eſt trochus, quem Martialis ita pluribus in locis deſcripſit.

Inducenda rota eſt, das nobis vtile manus,
Libro.14. *Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit* &
Garradus in laxo cur amulus orbe vagatur.
ibidem *Cedat vt argutis obuia turba trochis* &
Lydia tam laxa eſt, equitis quàm culus aheni,
Lib.11. *Quam celer arguto qui ſonat ære trochus,*

in trocho nanque primo erat circulus, & in circulo annulus, qui ſono ſpectatoribus voluptatem afferebat, aderat & impulſor cum anſa a Propertio clauis vocatus vbi dixit

Libr.3. *Increpat & verſi clauis adunca trochi,* F

quæ omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſſime depinxit, niſi quòd Antyllus circulo tenues annulos circumpoſitos tradit, quos trocho nemo aſſignauit, & præterea Cricilaſiam virorum exercitationem effecit, Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuiſſe ſignificauit, quibus duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam venio, quòd Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſa a trocho latinorum extiterit, propter hoc tamen quid trochus foret, minimè quicquam affirmare audeo, licet certò teneam illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatũ impellunt certatim, quemue Græci βέμβικα nuncupant, vt ex hoc antiquo Epigrammate.

Iid

A *οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες*
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. ideſt
At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quiſq; ſuum in triuio

Et quem appoſitiſſime deſcripſit Virgilius his verſibus
Ceu quondam torto volitans ſub verbere turbo, 7.Aeneid.
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum,
Intenti ludo exercent,ille actus habena
Curuatis fertur ſpaciis,ſtupet inſcia turba,
Impulſisq́, manus mirata volubile buxum
Dant animos plagæ,

minimè trochum eſſe,vt voluerunt nonnulli, ſicuti & exercitatio illa, quæ hodie ſupra ligneas tabulas pannis contectas vnà cum ligneis pilis efficitur,& truchus nuncupatur,trochi antiquorum apud me ſimilitu- B dinem paruam gerit. Nam trochus primò in publicis gymnaſijs, alijsúe locis peragebatur. Secundò is annulum habebat ſtrepitum edentem, vt homines per viam ambulantes ſonitu audito longius ab incurſu trochi cauerent. Poſtremò ex ære conflabatur,atque clauem aduncam habebat, quæ omnia nec ſeparatim,nec ſimul in turbine,ſeu trucho noſtris reperiri ſenſus ipſe docet,vt meritò credere debeamus ab his lõgè diuerſum antiquorum trochum extitiſſe, quẽ cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica.

Indoctusq́, pilæ,diſciue,trochiue quieſcit,
Ne ſpiſſæ riſum tollant impune coronæ

Cumque Propertius inter gymnaſiorum exercitationes recenſeat, proculdubio ad gymnaſticam aliquam pertinuiſſe conſentaneum rationi videtur; & ob id cùm neque militari,neque athleticæ iure attribui queat ſupereſt medicinæ gymnaſticæ exercitationem fuiſſe, & illius præſertim, quæ pueris exercendis operam nauabant. Cricilaſiæ atque trocho C omnino diſſimilem formam habere videtur exercitationis illud genus, quod non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieque in vniuerſa ferè Europa vſitatum apud Italos Pilam & malleum vocant, in hoc etenim primò brachia, & dorſum exercentur, quandò malleis ligneis pilam ligneam longè pellere coguntur, demum ex ambulatione, quæ tali exercitationi perpetuò aſſociatur, ea commoda ferè trahuntur,quæ ambulantes homines percipiunt, vt his rationibus, licet antiquum non ſit,minimè contemni mereatur; quãquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruiſſe forſan contendat,quum apud Auicennam inter cæteras exercitationes vnum nominetur, quod virgis retortis dictis alſulegian cum pila magna aut parua lignea efficie- loc.citat. batur, quas conditiones apprimè noſtro pilamalleo conuenire.vnuſ-

 quiſque

quiſque videt, niſi alias tacuerit Auicenna, quòd ſuo tempore notiſ- D
ſimæ eſſent.

De Equitatione. Cap. IX.

Hactenus eas exercitationes proſecuti ſumus, quas homines à ſeipſis citra alterius rei adiumentum obibant. Supereſt de ijs modò ſermonem habere, in quibus homines quidẽ ſpõte, & quodam modo liberè mouebãtur, at eorum motus al-
1. de tu. va. terius mouentis ope perficiebantur, quod enim Galenus iſtis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minimè ad inſtitutum noſtrum pertinet, ideo illud ſemper dimiſſum hac ratione intelligatur. Inter hæc poſtrema primum locum iure ſibi vendicat equitatio a Græcis medicis ἱππασία vocata nempe quæ cæteris dignior ſit, & liberum hominem, vt ſcripſit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon vtriuſque exercitationis naturã illius ſcilicet quę a nobis ipſis, & illius quæ E
ab alijs in nobis peragitur, ſecundum Galeni ſententiam ſapiat. Equita-
Lib.7.c.56. tionis primum inuentorem Bellorophontem extitiſſe auctor eſt Plinius. poſt Bellorophontem Teſſali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis vti cæperunt, quæ paulatim vſque adeò creuit, vt Hippocratis tem-
Lib de aere aquis & locis. pore omnes ferè Scythæ equis veherentur, qui cum ob aſſiduas equitationes coxarum doloribus cruciarentur, per venarum poſt aures inciſionem ab illis curati, ad coitum valde impotentes euadebant, quamq̃ multi erant infęcunditatem eam a Dijs proficiſci ſuſpicantes, quos Hippo-
2 Retho. crates redarguit, quòd diuites ſemper Dijs amici, pauperes vero minimè ſint, (vt etiam Ariſtoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea æquum fuiſſe potius inopes, q̃ opulentos eo vitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Poſt Hippocratis tempora equitatio ſemper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima exiſtimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnaſticæ ſpecies eam inter reliquas ſuas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maio- F
res noſtri equitationis certamina adhiberent, præter Olympicos ludos, in quos viceſſima quinta Olympiade equorum curſus certamen inductum tradunt; teſtatum facere poſſunt quatuor illæ Romanæ factiones, albati, ſ. ruſſati, Veneti, & praſini, quæ tum in circis, tum in ludis, ac alijs equeſtribus certaminibus adhibitis equis ſiue ad equitationem, ſiue au-
7.Metho. rigationem ſemper certabant, tantumque ſtudium equis optimis eligẽdis, ac parandis exhibebant, vt Galenus dixerit Venetæ ac praſinæ factionis homines etiam ſtercora equorum odorare ſolitos, quò ex illis animalium habitus atque temperaturas internoſcere, & cognitis inde melioribus vti valerent, ſi quidem harum factionum contentiones potiundi victoria cauſa tales erant, quæ nec vllis ſumptibus, nec vllis laboribus ad

A ſtudijs parcere quẽquam permitterent, eo magis ꝙ tota vrbs quaſi quadripartita erat, alijs vni, alijs alteri factioni fauentibus, nec vlla pars ciuitatis reperiebatur, aut vllus hominum conuentus, in quibus certaminũ tempore de huiuſcemodi factionibus aut ſtudioſiſſime non diſceptaret, aut ſaltem ſermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij ſexta noni libri Epiſtola, atq; his Martialis verſibus quiſq; coniectura aſſequi poteſt.

Sæpius ad palmam Praſinus poſt fata Neronis libro.11.
Peruenit, & victor premia plura refert,
I. nunc liuor edax, dic tu ceſſiſſe Neroni,
Vicit nimirum non Nero, ſed Praſinus,
De Praſino conuiua meus, Venetoq; loquetur,
Nec facient quemquam pocula noſtra reum,

quamq̃ Iuuenalis maiorem Romanæ ciuitatis partem Praſinæ factioni fauiſſe tempore ſuo, quando Martialis quoque floruit, teſtari videatur B his verſibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem
Percutit, euentum viridis quo colligo panni
Nam ſi deficeret mœſtam, attonitamq; videres
Hanc vrbem, veluti Cannarum in puluere victis
Conſulibus,

Has verò in fauendis diuerſis factionibus hominum acerrimas cõtẽtiones inde ortas ſemper exiſtimaui, quoniam Romanorum quorumlibet veſtimenta quatuor dúmtaxat coloribus texebantur, vel rubeo, vel albo vel viridi, vel veneto, ſed præcipuè rubeo magis fuſco vt Martialis hiſce verſibus indicat. de canuſina lana rubea fuſca ſermonem habens,

Roma magis fuſcis veſtitur, Gallia ruffis
Et placet hic pueris, militibusq; color lib. 14.

& ob hoc quicunq; ei factioni fauere cogebatur, quæ ſibi ſimilem colorem profitebat. Et ſi huic ſententiæ reclamare videant ea Ouidij verba. 1. de arte amandi.

C *Cuius equi venient facito ſtudioſe requiras*
Nec mora, quiſquis erit, cui fauet illa, faue

Sed de equitatione ludorum, & ſpectaculorum, quam & athleticam vocari licet, plura non dicam, quoniam eruditiſſimus Panuinus luculentiſſime ſimul & copioſiſſime in libris de ludis, quos iam edere parat, vniuerſam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnaſticam accedo, quam ad acquirendam equeſtrem pro bellis diſciplinam equitationis exercitio vſam fuiſſe locupletiſſime teſtatus eſt Plato, vbi non modò viros equis armatos, atque inermes exerceri ſtatuit, verùm puellis quoq; tales exercitationes mire conceſſit, easque inter cæteras bellicæ gymnaſticæ ſpecies ſiue partes euidenter collocauit, ſicuti Xenophon pariter ſentire videtur, apud quem Iſchomachus vitę ſuæ rationem Socrati expo- (8. de leg.; In Ocon.)

nens ſic loquitur *μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱπ-* D
πασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέ-
μῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου
οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέ-
λομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. ideſt. Poſt hæc autem equum aſcendens vt plurimum, equitationé illis, quæ fiunt in bello neceſſariis equitationibus, q̃ per me fieri poteſt ſimilimam exerceo modò per tranſuerſum, modò per decliue, modò ſupra foſſas, modò ſupra aquæ riuos illũ agens, atque hæc facientem equum, ne claudum reddam valde ſtudeo quæ verba, poſtquam multis alijs eius viuendi rationem declarantibus addidiſſet Iſcomachus, ei tandem Socrates ita reſponſum dedit, *νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόντως γέ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθά μοι δοκεῖ εἶναι* hoc eſt. Per E
Iunoné o Iſchomache ſic agédo mihi places q̃nquidé vno tpe collectim ſanitati, atq; robori acquirendo operã nauas, nec non ad bella te, exerces, diuitijsque accumulandis inuigiles, quæ omnia admiratione digna mihi plane videntur. Ex his enim & Iſcomachi, & Socratis ſermonibus clariſſimum argumentum trahitur antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus vſos. Quòd verò medicorum gymnaſtæ equitationes ad ſanitatem recuperandã, tuendamúe nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, præter Socratis modò citatam orationem, vnum Galeni teſtimonium ſufficere deberet, qui inter reliquas gymnaſticæ exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit, niſi quoq; Antylli Aetij, & poſtremo Auicennæ comprobatio accederet, qui tã equis, quàm camelis vectari inter opportunas exercitationes repoſuit, nam & Germanicum Tyberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curaſſe memoriæ prodidit Suetonius, vt hoc exemplo perſuaſi credere debeamus equitationem tanquam vtiliſſimam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe, quamuis & apud ipſos valde referret nunquid mulo, ân equo veherentur, & illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurrentibus, quorum omnium diuerſas operationes ſuo loco explanabimus. F

2. de tu. va. cap. 11.

Loco citato.

A *De Curruli Vectatione.* *Cap. X.*

DIximus duo eſſe exercitationum genera, alterum in quo homines a ſe ipſis ſolùm mouentur, alterũ ab alijs, ſiue vt Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſuapte natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes mouentur, de primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſtatio Celſo Aureliano & Plinio cõmuni nomine. Ab Antyllo, Herodoto Galeno alijsq́; antiquioribus medicis Græcis *αἰωρα* vocatur, in ſequentibus verba facere polliciti ſumus, atque iam de equitatione quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonẽ expleuimus, ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus vectatio, quam antiquiſſimam fuiſſe nemo inficiatur, ſi quidem vt Arati vetuſtus interpres teſtatur, primus qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter cœli tum imagines relatum ſcribit Manilius

2. de tu. val. cap. 11.

B primo aſtronomicorum. Porrò forma, & modus curruum diuerſus extitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum verò axibus Ilicem, fraxinum, atque vlmum; vnde elicitur veteres ex huiuſcemodi lignis currus fabricaſſe, qui prioribus illis ſæculis duabus tantum rotis conſtruebantur, alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges, Scythas poſtea etiam ſex rotis currus conſtruxiſſe memoriæ tradidit vetuſtiſſimus auctor Hippocrates, quæ rotæ Homeri temporibus ſtanno ornabantur, at poſterioribus ſæculis non modò rotas, ſed tota vehicula ebore ornata fuiſſe legimus apud Plautum in Aulularia, ſicuti Plinij tempeſtate tota eſſeda atque vehicula auro, ac argento inſignita conſpiciebantur: varijs præterea rebus cooperta fuiſſe veriſimile videtur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis ſcriptum reliquit Plutarchus: ſicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum viris agi ſolita legitur, quin Heliogabalum non modò varia, & monſtruoſa animalia, ſed etiam fœminas nudas cur-

li. 16. c. 42. & 53.

lib. 7. c. 56.

lib. de aere aquis & locis.

Li. 34. c. 17

C ribus iunxiſſe, iisque ipſum vectum eſſe tradunt. Hæc porrò geſtatio in curribus facta olim Romæ inter mulieres in maximis delicijs habebatur, ad tantumque luxum aliquando peruenit, vt eas ipſa vti ſenatuſconſulto vetare coacti ſint Romani, cuius rei gratia cum mulieres ira percitæ inter ſeſe conſpiraſſent, ne quæ eorum conciperet, neúe pareret, atque ita viros vlciſcerentur, Romanos mutaſſe ſententiam atque iterum illis curribus vti permiſiſſe ſcriptis mandauit Plutarchus Neq; minus apud gymnaſticos hæc ipſa geſtatio æſtimata reperitur, quando ſiue ludos, & ſacra certamina ſpectes, ſiue medicorum libros perſcruteris, in omnibus ea vſitata apparebit. Quis quæſo neſcit nona & nonageſima Olympiade curruum certamen in olympicos ludos inuectum? Quis ignorat Synoridas, quibus animas noſtras Plato in Phędro elegantiſſime aſſimilauit,

Lampridiꝰ in vita Heliogab.

In probl. Rom.

necnon bigas quadrigaſúe curruum genera in publicis ſacris frequen- D
ter certaſſe.quod poſtea ſtudium ita apud Romanos excultum, atq; au-
ctum fuit,vt pauca,vel nulla ferè publica ſpectacula ederentur,quin cur
ruum certaminibus honorifica præmia propoſita ſpectarentur, ob quæ
Lib.27.c.7. refert Plinius in quadrigatum certamine,quod Latinarum ferijs in Ca-
pitolio celebrabatur, pro præmio victorem abſinthium bibere conſue-
uiſſe,quaſi ſanitatem,in præmium dari valde honorificum arbitrarétur
maiores. An verò gratia bellicæ diſciplinæ adipiſcédę vectatione in cur-
ribus vterentur veteres,nil certi affirmare audeo.Exiſtimo tamen quòd
cum ab Homeri ætate vſque ad Xenophontis tempora, atque etiam po-
In pæd. Cyri. ſterioribus ſæculis perdurauerit mos,vt in bellis è curribus quoque di-
micarent,quemadmodum in equitatione exercebantur,quo fierent bel
lis gerendis aptiores,ſimiliter & in curribus ſe exercere conſueuiſſe, ne
cum pugnandum erat tanquam inexercitati,& diuerſorum agendi cur-
rus modorū expertes ſuperarentur.Cæterū qđ medici gymnaſtici ſimilé E
vectationem tam pro ſanis conſeruandis,quā pro aliquibus ægris curan
dis in vſum receperint,clariſſime teſtati ſunt Gal.Antyllus Herodo. atq;
Oribaſius Auicenna,qui non modò eam inter gymnaſticæ veræ exercitationes re-
Lib.6.c.25 ponendam voluerunt,immo & febricitantibus (quod pauciſſimis exer-
citationibus attributum inuenitur) tanquā maxime commodam cele-
bratunt; huius etenim quaſi duo genera effeciſſe videtur Galenus, alte-
2.de tu.ua. cap.11. rum in quo homines vecti ſedebant,alterum in quo iacebant,atq; vtra-
que hæc raro in vrbe,frequentiſſime per vias & extra vrbem perageban
In proble. Rom. tur,iccirco ſcriptum eſt a Plutarcho Romanos coactos fuiſſe in Septimō
tij feſto prohibere, ne ea die vehiculo vti liceret,vt vrbs,& feſti celebra-
tio non relinqueretur; nunquid autem ſani ſimul &, valetudinarij in
iiſdem vehiculis exercerent,indicaſſe mihi vr̄ Herodotus, apud quē legi
tur febricitantes curribus,qui manu ducuntur,nec non bigis geſtari ſo-
litos,atque illos a principio per triginta ſtadia moueri,deinde ea condu
plicare;hos a ſtadijs triginta,aut quadraginta initium ducere, & vſque F
ad ſpacium altero tanto maius progredi conſueuiſſe. Sanos verò omni-
bus curribus,& tectis,& apertis ſine vllo diſcrimine vſos eſſe veriſimi-
le fit,& ſi fortaſſe principes tectis potius, quàm detectis vectos credere
poſſumus,quandò refert Dion hiſtoricus Claudium Cæſarem dum pro
ſpera valetudine vteretur,caputque tremulum,& manus,ac linguam ti-
tubantes haberet,primum omnium Romanorum vehiculo vndique ob
tecto geſtatum eſſe,ſicuti Plinius iunior ob oculorum infirmitaté ſe alí-
quando vſum illo teſtatur Epiſtolarum libro ſeptimo,ita ſcribés ad Cor
nutum ſuum Pareo collega clariſſime,& infirmitati oculorum(vt iubes,
conſulo.Nam & huc tecto vehiculo vndique occluſus,quaſi in cubicu-
lo perueni.Ex his igitur omnibus cuique cognoſcere licet talem exerci-

tationem

A tationem nō minus cæteris a gymnaſticis probatam fuiſſe, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac geſtatione contingentium facultates,& cōditiones probe intellexiſſe ſcribit Galenus quaſi hæc exercitatio quemadmodum & aliæ proprios perfectos, aurigas.ſ.poſſideret; inſuperque communi totius artis magiſtro ſubijceretur, qui & modum & menſuram,& qualitatem & tempus in ſimili exercitatione obſeruanda diligenter præfiniret.Habuerunt veteres multa curruum aut vehiculorum genera,vt Plauſtrum,Eſſeda,Petoritum,Arcirnam,Birotum,Cantherinum,Carrucam,Carpentum,Thenſam,Ciſium,Couinum,Rhedā,Pilentum,Burdones, quæ oīa quòd rotis agerentur in hoc erant ſimilia;diſtabāt verò modò forma, modò materia, modò magnitudine modò alijs. At de his non eſt quod loquamur,cū vectatio omnium fere eadem eſſet,& iccirco medici cuncta ſub vno currus genere ſint complexi, 1.de tu. ua. cap.11.

B

De geſtatione in Lectica & ſella. Cap. XI.

LEcticam,atque ſellam ob commoditatem potius eorum, qui vel ſenectute,vel morbo impediti ambulare pedibus nō poterant,vel ob delicias, quibus ſemper homines ſtuderunt, inuentam fuiſſe, quàm ob aliud non deſunt qui opinentur,nec forſan ſine ratione, quandoquidem nulla apparet probabilior cauſa,qua inducti veteres huiuſcemodi inſtrumēta excogitauerint, quā quòd equitare,& pedibus ire nequeūtes,aliquam rem optauerint, qua è domo exire,per vrbes vagare,itinera facere quàm commode valerent, niſi dicamus,Imperatores,Reges,atque Principes ne in faciundis itineribus a ſole,à vento,pluuia tempeſtate,atque ſimilibus offenderentur, lecticas & ſellas vndiq; obtegi, & retegi aptas inueniſſe,quas alij poſtea diuites luxus,ac voluptatis,ſiue commoditatis gratia,& poſtremò medici gymnaſtæque ad vſum hominum ſibi ipſis concreditorum traduxerint: vtcumq; ſit,conſtat quos nuperrime dixi medicos, atque gymnaſtas illas ad exercenda ſæpe valetudinariorum,rarius ſanorum quoque corpora vſurpaſſe.Quæ verò tam lecticæ,quàm ſellæ forma fuerit,nil ita certum habetur,quin dubitare cuiuis liceat,attamen veriſimile eſt in ea puluinar,& lectulum ſtratum fuiſſe,quò & iacere,& ſedere, prout libebat,qui geſtarentur,poſſent; an in cæteris fuerit noſtræ diſſimilis vel potius ſimilis; credo non admodum diſſimilem extitiſſe,niſi quòd noſtra a mulis,vel equis ferè ſemper geſtatur,illa antiquorum vt plurimū a ſeruis ſex portabatur, atq; ob id Hexaphoros nuncupabatur, vti ex his verſibus Martialis perſpicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet,quod lectica geſtari vellet. Lib.6.

C

Quum ſis tam pauper,quàm nec miſerabilis Irus,

Tam

Tam iuuenis, quàm nec Parthenopæus erat, D
Tam fortis, quàm nec cum vinceret Artomidorus,
Quid te Cappadocum ſex onus eſſe iuuat?
Rideris, multoq́ magis traduceris Afer,
Quàm nudus medio ſi ſpatiere foro,
Non aliter monſtratur Atlas cum compare mulo,
Quæq́ vehit ſimilem belua nigra Libyn,
Inuidioſa tibi quàm ſit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro;

ſimiliter & vbi Zoilum carpit, quod lecticã ſandapilæ ſiue feretro mortuorum ſimilem haberet.

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua ſit lectica licebit,*
Cum tamen hæc tua ſit zoile ſandapila

Lib. 6. Libro. 1. ad vxorẽ ſuã. Nam ex his liquido intelligere quiſque poteſt lecticam ferè ſemper a ſex ſeruis eſſe geſtatam. (In quem vſum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos ſcribunt) ſique interdum aliquis lecticariorũ numerum augere voluiſſet, protinus fuiſſe notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit vbi Philippum quendam inſanum vocat, quòd ab octo ſeruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem oſteutationẽ per vrbem geſtaretur, E

Octaphoro ſanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu ſi ſanum credis Auite, furis

Quum itaque lectica antiquorum ita ſe haberet, non modò pro ſede co moda, verum etiam conciliando ſomnó dum claudebatur inſeruiebat, vt Iuuenalis teſtatur his verbis.

Sat. 3. *Namque facit ſomnum clauſa lectica feneſtra*

tamque frequens illius erat vſus, vt caſtra lecticariorum, qui ſolum gerẽdis lecticis deſtinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipſis dabantur, & alia in caſtris fieri ſolita agebantur, quamq̃ libertis omnibus lectica per vrbem geſtari vetitum credam Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem Harpocræ liberto lectica per vrbem vehendi ſpectaculaque publice edendi ius tribuiſſe ſcribit. At qui ſellam duplicem fuiſſe tradidit Antyllus, ſiue potius eius interpres; alteram in qua ſedebant, quæ vel cooperiebatur, vel aperta ſinebatur, & à nonnullis veluti a Celio Aureliano portatoria ſella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant; primam quoque temporibus noſtris videre licet, quum podagrici, diuites, atque alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie vehantur, qua item viros magiſtratum gerentes olim geſtari conſueuiſſe, atque inde curulis ſellæ, in qua tantum ſedebatur, nomen emanaſſe arbitror; ſecundam in qua iacebant non habemus, quòd ego ſciam, niſi dicamus lecticam noſtram illius vicem gerere, atque ipſis F

lib. 1. chro. cap. 1.

eandem

A eandem rem ſignificaſſe lecticam, & ſellam iacendo, ſedendoúe idoneā, cui ſententiæ plane ſubſcripſiſſe videtur Aetius Amidenus, qui inter ge- lib. 3.c.6. ſtationes, ſellas omittens, ſolum lecticæ duplicis mentionem fecit, eius. ſ. in qua vecti ſedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica tum ſella inſtrumenta quædam, quibus diuites, ſenes, & ambulare impotentes per vrbes, & in itineribus a ſeruis vehebantur, quibusúe medici gymnaſtici ad exercendos valetudinis gratia tam ſanos, quàm infirmos non rarò vtebantur; narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam 6. de tu. va. cap. 4. octuagenarium, & in viuendo ſolertiſſimum, ſi quando lōgius ire vellet, modò ſella, modò vehiculo geſtari ſolitum. Narrat ſimiliter Plinius lib. epiſt. 3. ſecundus auunculum ſuum Romæ ſella vehi ſolitum, ne cæli aſperitas vllum ſtudij tempus eriperet, vnde iudicari poteſt ſenes tam in exercendis ſeipſis, quàm in obeundis priuatis actionibus geſtationes in ſellis in vſu habuiſſe, périnde ac etiam in languentibus medici eaſdem vſurpaſ-

B ſe animaduertuntur, in quibus is modus ſecundum Herodotum obſeruabatur, vt neque minus quinque ſtadijs, neq; plus quàm huius duplū ſimiles geſtationes producerētur, atq; ita ſequenti die obſeruaretur, tertio verò die quinq; ſtadia ſingulis diebus vſque ad triginta ſtadia addebant. Et ne quis forſan ſuſpicetur ſellam atque lecticam idem extitiſſe, Orib. loco citato. præ cæteris vnum Martialem adducere poſſumus, apud quem obſcurū eſſe nequaq̄ poteſt illas diuerſas fuiſſe, cum ait Lib. 10.

Lecticam ſellamq́, ſequar? nec ferre recuſo
Per medium pagnas, ſed prior ire, lutum,

quod ſimiliter his Tertulliani verbis in libro de pallio cōfirmatur, Ipſas quoque iam lecticas, & ſellas, quis in publico quoque domeſtice, ac ſecrete habebantur, eierauere; iam verò ſellarum alias fuiſſe pelliceas, alias oſſeas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas ex Lampridio in Heliogabalo certò ſciri poteſt.

C *De agitatione per lectos penſiles, & per cunas facta, & de Scimpodio* *Cap. XII.*

Qvòd agitationem per cunas, & lectulos penſiles, quos duos ſub κλίνης vocabulo a Græcis cōplexos ſentio, factam inter gymnaſticæ exercitationes recenſere velim, forſan aliquis mirabitur, quum hac tempeſtate cunæ ſolis pueris eblandiendis inſeruiant, pauciſſimique ſint, pro quibus medici penſiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari deſinet, ſi Galenum, Herodotū medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit, qui cùm huiuſcemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me ſilentio præteriri debeant, non video. Nam cunas.

cunas ob pueros potius, quàm adultos excogitatas fuiſſe non equidem D
diffiteor, ſed puto talem motionem interdum viris cùm ad leniẽdos do
lores, tum ad conciliandum ſomnum non parum adiumenti præſtare
Oriba. lib. poſſe, vt præclare ſcriptum eſt ab Antyllo & Aetio, apud quos lectus ful-
6. collec. cra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea ſententia ſignifi-
Lib. 5. c. 6. cat, quàm cunas ipſas, quas etiam intellexit Celſus, vbi dixit, ſi ne id qui
» dem eſt, vni lecti pedi certe ſuniculus ſubijciendus eſt, atque ita lectus
» hũc, & illuc impellendus, & ſi Oribaſij interpres nomen κλίνης pro le-
ctica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorſus falli credo, qui
in gymnaſtica medicorum eas nullum vſum habere cenſeant, quibus ſi-
milis quoque eſt exercitatio illa puerorum, dum in vlnis a nutricibus ge
7. de repu. ſtantur, quæ & a medicis, & a Platone pro ipſorum valetudine mirum
in modum probatur. Eadem prope eſt tam lectulorum, quàm balneorũ
penſilium ratio, quæ omnia quoniam ab Aſclepiade Pruſienſe frequen-
ter vſurpata apud Plinium traduntur, vt is infirmorum voluptatibus ac E
lib. 26. c. 3. iucunditatibus inſeruiens penes homines auctoritatem adipiſceretur,
ſicuti inuentori ſuo gloriam, atque exiſtimationem incredibilem pepere
runt, ita quoque vtentibus multam vtilitatem ſimul, atque delectatio-
nem attuliſſe rationi conſentaneum videtur; atque inde emanaſſe, vt po
ſteriores medici ſimilem motum ad exercendos homines comprobarint
quamq̃ pauci, vel nulli (quod ego ſciam) talium inſtrumentorum for-
mam, ac vtendi modum tradiderunt, a quibus certò admoneamur fre-
quẽtem illorum vſum aliquo tempore extitiſſe, niſi credamus antiquos
ſcriptores propterea huiuſcemodi res ſcribere neglexiſſe, quia vulgatæ,
& omnibus manifeſtæ eſſent; vnde temporibus noſtris quum a pleriſq;
ignorentur operepretium me facturum ſpero, ſi breuiter, quid ſentio in-
medium afferam. Nam de lectulis penſilibus, quos primum ab Aſclepia-
lib. 26. c. 3. de excogitatos tradit Plinius opinor eos fuiſſe lectos quoſdã paruos mo-
do ex lignis, modo ex are, modo ex argento (maiores noſtros etiam argen
teos lectos habuiſſe ſcribit Plinius) conſtructos, qui quatuor angulis fu F
lib. 33. c. 11. nibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita vt a terra ſublati aliquan-
tulum quaſi in aere pendere viderentur. Balnea ſimiliter penſilia a Ser-
lib. 9. c. 53. gio Orata teſte, Plinio primum inuenta non quæ ſupra tecta fiebant, aut
concamerata loca, vt voluerunt aliqui, ſed nulla alia fuiſſe credo, quàm
labra illa vel marmorea, vel ahenea, vel lignea ad lectulorum imitationẽ
laquearibus appenſa, quò minimo quolibet manuum impulſu aliàs le-
niter, aliàs vehementius agitari valerent, quod Seneca ad Lucillum ſcri-
bens nobis manifeſtauit his verbis. Balnearũ ſuſpenſura inuenta eſt, ne
quid ad lautitianum deeſſet. His igitur motibus quoſcunq; exerceri me
dici præcipiebant, huic vni potiſſimum ſtudebant, vt motum citra labo-
rem, laſſitudinemúe vllam afferrent; deinceps curabant, ne in exercita-
tione

A tione illa iucũditas deſideraretur, quæ profectò magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe qui præter ſuauiſſimum illum motum, aquæ delectationem addebant, dum ea molliſſime blandaque titillatione quadam ſingula corporis membra tangebant, ſi namque balnea penſilia ea fuiſſe intelligantur, quę ſupra tecta fierent, quomodo in illis maior illa voluptas, ob quam ſecundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur q̃ in alijs, non video. De penſili lecto dixit Herodotus geſtationem in illo tamdiu faciendam eſſe, quamdiu quiſpiam in ſella geſtatus quadraginta ſtadiorum iter conficiebat; alteri tamen eiuſdẽ auctoris ſententiæ libentius acquieſco videlicet huiuſcemodi exercitationem, quanta eſſe debeat, facile numero diffiniri non poſſe, quòd non tantum in his, ſed & in omnibus alijs ſentio ob varias, ac diuerſas ægrotantium affectiones, quibus non eadem vllo modo conuenire poſſe omnes vel mediocriter in medica arte periti vno ore prædicant: Lectulo pẽſili ſimile aliud inſtrumentum veteres habuiſſe inuenio, quod *σκιμπόδιον* Græci, ſcimpodium Latini eodem vocabulo appellarunt, hoc licet nuſq̃ appenderent, erat tamen vel lectus paruus, vel quid in formam lecti pẽſilis conſtructum, atque ipſo per vrbes, & per vias tam viri quàm mulieres geſtabantur, vt Dion hiſtoricus demõſtrat ſcribens primò Auguſtum ac Tiberium in ſcimpodijs quãdoq; vehi ſolitos, cuiuſmodi mulieres tempore ſuo geſtabantur, ſecundò ꝙ Seuerus dum Britaniam obiret, ſcimpodio vndiq; obtecto ferebatur. Cæterum qualis huius inſtrumenti figura extiterit, haud ſatis conſtat, putandum eſt tamen ſellã fuiſſe ita fabricatam, vt lectum plumeum paruum caperet, ita vinctum, vt pendere videretur in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte qui ferebantur, iacebant, & vndique, ne ab aeris iniurijs læderentur, cooperiri poterant, hoc intellexiſſe meo iudicio videtur Iuuenalis poeta cũ Criſpinum quendam mordens dicebat. Saty. 1.

C *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Penſilibus plumis, atq; illinc deſpiciet nos?

de eodem Interpretanda eſt hæc inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Pauli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſimus, quàmue Parma ad Andream Naugerium olim allatam retulit

D. M.
L. ÆMILI. VICTORI. QVI PRIDIE NATALEM SVVM VICESIMVM ET SECVNDVM PRVNA IN PENSILI POSITA VRGENTE FATO SANVM IPSE NECAVIT SE L. ÆMILIVS VICTOR PRINCIPALIS, ET ÆLIA VENERIA FILIO PIENTISSIMO.
ET SIBI.

neque aliud ſignificauit. Galenus quando balnea ingrediendi modum 10. Meth.

hecticis

hecticis præſcribens hæc verba ſcriptis mandauit ἀῤῥωστοῦντα βούλομαι D
κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. i. ægrotantē volo portari in ſcimpodio ad balneum, neque aliud Libanius rhetor in libro
Lib. 19. c. 10. de ſua ipſius vita intellexit, dum dixit: quum domi ſum in lecto iaceo, vbi verò in ſchola in ſcimpode, ſicut etiam idē intellexit Gellius vbi ſcribit ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter ægrum in ſcimpodio græcienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque non modò ob delicias atque voluptates a maioribus noſtris lectulos ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; verum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda valetudinariorum corpora vſurpata fuiſſe. Quale porrò fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium, & macron ſparton a Cælio Aureliano vo-
Li. 3. c. 6. & lib. 5. c. vlt. catum qualiſúe apud eundem recuſſabilis ſera Italica nominata, quibus duobus geſtabantur, nondum mihi plene compertum eſt, quum à nullo alio auctore ipſorum mentionem factam adinuenerim hactenus, niſi fuerit, vt ſupra diximus, petaurū, vel potius Cælij cōtextus deprauatus. E

De Nauigatione & Piſcatione. *Cap. XIII.*

INter geſtationis ſpecies, quæ plures exercitandis corporibus extiterunt, nauigationem quoq; repoſuit Antyllus, quem ſecutus Aetius, & poſt eum Auicenna manifeſte eam pro exercitatione habitam demonſtrat, id quod vtriq; non tam ab experientia meo iudicio deſumpſerunt (quàm ab antiqua diuini Hippocratis ſententia, qua nauigationem & mouere corpus & perturbare
4. Aph. 14. dixit, niſi quòd Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates verò eam corpus magnopere perturbare aſſerit, id quod potius vehementis quàm remiſſi motus argumentum videtur. Hac nauigationis exercitatione duas præſertim gymnaſticas, ſed nō admodum vſas inuenio, medicam ſcilicet, & bellicam. Medici ea vtebantur vel ad aliquorum ſanorum habitus conſeruandos, vel ad nonnullorum ægrotantium ſanitatem comparandam; ad ſanos vtebantur nauiga F
1. partic. Prob. 54. tione, quòd (vt ab Ariſtotele ſcriptum eſt) mare ob placidas aſpirationes ſalubritatem inſignem facit, vnde nauigantes ſemper coloratiores exiſtunt, quàm in paludibus degentes. Ad ægrotos verò, quoniam idē humores putridos, ac nocuos tum vomitu, quem frequentiſſime inſuetis præſertim parit, tum ventis ac vaporibus ſiccis exiccare natū eſt, qua-
3. 1. doc. 1. re dicebat Auicenna nauigationem lepræ, hydropiſi, apoplexiæ, ſtomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiuſdem magnopere prodeſſe;
cap. 2. Plinius verò & phthiſicis, & ſanguinem excreantibus adiumentum affer-
lib. 31. c. 6. re Annei Gallionis poſt conſulatum ita curati exemplo teſtatus eſt, qui item ab huiuſcemodi affectis ægyptum peti non ob terrā ipſam, ſed propter nauigandi longinquitatem cenſuit, vt eius Nepos Plinius ſecundus

Zoſimum

A Zoſimum libertum ſanguinem reiectantem eò ſe miſiſſe & confirmatũ lib.5. epiſt.
à valetudine rediiſſe narrat; quamq́ auctor ille nomine Plinij falsò in-
ſcriptus in lib.1.de re med.ſenſerit phtiſicis vtilius eſſe in ſaltibus mora Cap.6.
ri,vbi pix naſcitur, quam in mari nauigare,& marina loca viſitare. Mo-
dus in nauigatione valetudinarijs obſeruatus ſic ab Herodóto deſcribi-
tur,quòd à ſexaginta ſtadijs incipiebant & in duplum horum deſinebãt
Porrò nauigationis plures fuerunt differentiæ,quãdò aliæ in mari,aliæ
in fluminibus,aliæ in magnis,aliæ in paruis nauibus,aliæ remis, aliæ rẽ
mulco,aliæ vento,aut vehementi,aut placidiore fiebant. De nauigatio-
ne per flumina traditum eſt à Plutarcho eam minus nauſeam produce- In lib. de
re,quàm mare,quòd tam odor,quàm timor è maris aſpectu proficiſcen cauſis nat.
tes corpora perturbant,atque ſic vómitum cient, quæ res à fluminibus
minime contingit; contrà Cælius Aurelianus in inueteratis capitis dolo
ribus cæteris prætulit longam per maria nauigationem,quoniam (vt ip
B ſe inquit) fluminales,vel portuoſæ nauigationes, nec non ſtagnorum,
incongruæ iudicantur,nimirum quæ caput terrena exhalatione hume-
ctantes infrigidant,maritimæ verò laten ter, atque ſenſim corpus ape-
riunt,& ſalſæ proprietatis cauſa corpus adurunt,atque eius habitũ qua
dam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnaſticos medicos na-
uigationis vſus,quam pariter bellicæ ſtudioſos amplexos fuiſſe diximus
quandoquidem Naumachiæ illæ,quæ a Romanis in circo vel aliquo ter
ræ ſinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi deſignato repræſen
tabantur,fuerunt quidem ad populum oblectandum ſecũdum aliquos
præcipuè inſtitutæ quales illæ quas ab impuriſſimo Heliogabalo in Eu-
ripis vino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius. Attamen proba
bile eſt quoq; apud me huic ſummopere illas inſeruiſſe,vt in ipſis ad na
ualiũ pugnarum diſciplinam acquirendam milites excreerentur,atque
ad hoc exiſtimandum ea ratione potiſſimũ adducor, quòd Romani Po-
C lybio referente primo bello punico aduerſus Chartaginenſes mari bel-
lum moturi milites in nauali diſciplina exercuerunt, ſicuti etiam ſcribit
Suetonius Auguſtum dum contra Pompeium pugnaturus eſſet,in por-
tu Iulio apud Baias a ſe effecto milites in nauali exercitatione tota vna
hieme detinuiſſe,vt hinc clarum eſſe poſſit Romanos exercendis copijs
ſuis tam mari,quàm terra operam continuè dediſſe , atque huius ſtudij
gratia naumachias inſtituiſſe, & non modò pontem naumacharium ea
ratione nuncupatum,quem concrematum ex larice in Rhetia cæſo Tibe
rium refeciſſe ſcribit Plinius,habuiſſe,verumetiam locum peculiarem, lib.16.c.39
cuius veſtigia adhuc manent,quemúe tempore Naumachiæ tanta aqua
replebant,vt mare quoddam videretur,ſicuti venuſtiſſime Martialis de-
monſtrauit vbi naumachiã a Domitiano imperatore editam hoc carmi-
ne deſcripſit.

Lib. 2. *Si quis ades longis ſerus ſpectator ab Oris,* D
Cui lux prima ſacri innumeris ipſa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,
Et par vnda fretis, hic modo terra fuit,
Non credis? ſpectes dum laxent æquora Martem
Parua mora eſt, dices, hic modo pontus erat,

Sed ne fruſtra in ſuperioribus dixiſſe videar gymnaſticam medicinam atque bellicam præcipuè nauigationis exercitium habuiſſe, illud vnum ſciri volo, in ludis quoque, quos athleticæ partem eſſe oſtendimus, aliquando ſimilem exercitationem locum habuiſſe, at propter ingentem apparatum neceſſariũ raro fieri conſueſſe, quòd enim Virgilius de Ænea in Anchiſæ funere, vnà cum cæteris ludis naumachiam celebrante finxit aut verum extitiſſe, aut non ſine veri imitatione credendum eſt, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, ſi veri non fuerunt, ſaltem verorum imitationes fuiſſe nemo negabit. Inter nauigationis ſpecies piſcatio non ſine nauigijs facta ſimiliter ab auctoribus adnumeratur atque apud Plautum exercitationis gymnaſticæ vicem ſubijſſe videtur, cum in Rudentis fabula piſcatores ita loquantur

(5. Aen.) E

Ex vrbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnaſtico, & Palæſtrico hoc habemus; quæ tamẽ piſcatio cum à Platone improbata ſit, quòd neq; animus, neque corpus in ipſa exerceatur, iuremerito eam tamq̃ nulli vtilem omnes ferè gymnaſtici reiecerunt, niſi quòd Galenus ipſam inter exercitationes, quę ſimul opera ſunt, repoſuiſſe videtur, ſicut & Auicenna ingredientem piſcatorias naues debiliter exerceri cenſuit; quorum ſententias duabus de cauſis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piſcatio, declarauit, quaſi exercitationem huiuſcemodi non admodum probarent, ſed communem potius quandam ſermonis conſuetudinem ſequerentur; tum quia ipſemet Galenus piſcatorum habitus duros atque aridos eſſe dixit, cuius ariditatis ratione Ariſtoteles piſcatores marinos pilis rufis præditos eſſe antea ſcripſerat; vnde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere intendunt, quomodo durum & aridum efficere piſcatione velint, non video, præter quàm quòd cunctæ prope piſcationes ſub ſole, & in locis ſæpe malo aere plenis peraguntur, vna excepta maritima; vt his omnibus credere cogamur, piſcationis laborem medicos parùm æſtimaſſe, neque tamen defuerunt imperatores, qui exercitationis cuiuſdam gratia interdum piſcarentur ceu de Cæſ. Auguſto ſcriptum eſt a Suetonio & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita ſcribit vſus viuendi eiſdem hic fuit. Primùm vt ſi facultas eſſet, ideſt ſi cum vxore non cubuiſſet matutinis horis in lario ſuo, in quo & diuos principes, ſed optimos electos, & animas ſanctiores, in

(In ſophiſt. & 7. de leg. 2. de tu. ſan. cap. 8.)

(6. de comp. medi. ſm l. 38. partic. prob. 2.) F

A queis & Apollonium,& quantum ſcriptor ſuorum temporũ dicit Chriſtum, Abraham & Orpheum,& huiuſcemodi deos habebat,ad Maiorum effigies ſacra faciebat.Si id non poterat pro loci qualitate vel vectabatur vel piſcabatur,vel deambulabat,vel venabatur,Hæc Lampridius. Quid autem fuerint piſcatorij ludi,qui quotanis menſe Iunio trans Tiberim a prætore vrbano pro piſcatoribus Tiberinis,auctore Feſto, agebantur; nondum ita certus ſum: vt tutò affirmare queam athleticam gymnaſticam,cuius ludos fuiſſe diximus,piſcationis exercitium habuiſſe.

De Natatione. *Cap. XIIII.*

MAgna & ferè incredibilis apud veteres fuit ſemper natationis exiſtimatio, tãtumq; per plura ſæcula illius vſus viguit, vt non minus pueri natandi artem, quàm prima literarum
B elementa edocerentur,quo tempore quũ nulla maior ignorantiæ nota inuri poſſet,quàm dum aliquis nec literas, nec natare ſcire dicebatur,factum fuit,vt poſteriores illud in prouerbium cõtra bardos & prorſus inertes continuò receperint,adhucque ita loquendi conſuetudo permaneat,quandò natandi peritia ſi nõ eoſdem honores obtinet, quibus anteactis ſæculis afficiebatur,ſaltẽ nec penitus neglecta,nec inutilis iacet.Ratio enim qua impulſi maiores noſtri natandi ſcientiam tanti fecerũt,hæc vna iudicio meo extitit, quòd primis illis tẽporibus apud reſpub.quaſcunq; viri fortes præ cæteris vt ſcribit Ariſtoteles honorabantur,quaſi ab his ſolis & ciuitatum ſalus,& imperij propagatio penderet,& ob id quiſque vel ſaltem maior nobilium atque etiam aliorum pars comparandæ fortitudini vſque a primis incunabilis intendebat. Quocirca,vt in naualibus quoque pugnis,quæ tunc frequentius cõmittebantur in tranſeundis vadis,ac fluminibus homines nandi arti confiſi
C pericula magis euadere poſſent,minusúe formidarent,(quandò ſæpenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam ſuffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri eueniſſe memoriæ prodidit Xenophon) ſicque fortiores inter aquarum pericula fierent natationis peritiam extulerunt,qua etiam ratione Romani veteres(vt Vegetius ſcribit, quos tot bella,& continua pericula militarem diſciplinam docuerant, campum Martium Tiberi vicinum delegerunt in quorum altero armorum exercitationes inirent,in altero ſudorem,puluerемq; diluerent, ac ſimul natare perdiſcerent,vt his rationibus,ac Vegetji auctoritate facilè ſit iudicatu militarem gymnaſticam natandi exercitatione non caruiſſe. Cæterum poſteriori tempore non modò natatio ob dictas rationes vſurpata reperitur,verùm etiam ob valetudinis conſeruationem, nõnullarumq; affectionum curationem medicis gymnaſticis ipſam probatam fuiſſe An

Sect.17. Prob.5. & 2.Rhet.c.4

De Cyri mi noris expedi.

Lib.1.de re mili.c.10.

tyllus teſtatum reliquit; quod item ſenſiſſe videtur Galenus in primo ad D
Glauconem, vbi laborantibus tertiana febre concedit, vt vngătur, & bal
neum ingrediantur, ibique madefiant, & ſi velint, etiam natent. Quòd
7.colle. enim natatio exercitationis loco habita fuerit præter Oribaſij auctorita-
tem de ea inter cæteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua li
bro poſtea decimo fuſiſſime ſcripſit ſeparantis, ipſa quoque ratio perſua
det, nempè quia in huiuſcemodi motione inſigniter vniuerſum corpus
23.partic. & mouetur, & laborat, vt Ariſtoteles aliquando eam curſui comparare
Prob.3. non ineptum duxerit, Galenuſque pueros temporis ſui in aquis γυμνι-
4. De locis κὰς παιδίας facere cōſueuiſſe ſcripſerit. Quo pacto verò ſimilis exer
affect. citatio perageretur, tamq̃ res vulgatiſſima ſilentio præterita fuit ferè ab
Oribaſius omnibus, vno excepto Antyllo, qui nataturos ptius moderatè vnxiſſe,
lib.6.ca.17 & frictione corpora præcalfeciſſe, deínde e veſtigio in aquam ſe proijce
re debere voluit, quaſi omnes gratia ſanitatis natantes eas regula obſer-
uarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud au- E
ctores obſeruaui, alíquando in ipſis gymnaſijs, ſiue priuatis balneis, alí-
quando extra eſſe factam, in gymnaſijs adhuc duobus modis natabant,
vel in piſcina, quā in frigidario fuiſſe ſuperius demōſtrauimus. Tametſi
piſcinas apud Varronem, & alios Latinæ linguæ auctores propriè loca
piſcibus alendis, & ſaginandiş dicata ſignificare credatur, vel in labris il
lis amplis, quæ adhuc Romæ viſuntur. Quòd in piſcinis, quæ in frigida
rio thermarum ædificatæ erant, quaſúe thaſio lapide aliquando circun-
datas fuiſſe tradit Seneca, natarent omnium clariſſimè oſtendit Cecilius
Epiſt.7.& Plinius, qui in Epiſt. lib.2. villam ſuam exactiſſime depingens de balneis
13.lib. eius ita ſcribit. Inde balnei cella frigidaria ſpatioſa, & effuſa, cuius in con
» trarijs parietibus duo baptiſteria veluti eiecta ſinuantur, abundè capacia
» ſi innare in proximo cogites, adiacet vnctorium, hypocauſtum, adiacet
» propnigeum; balnei mox duæ cellæ magis elegantes, q̃ ſumptuoſæ. ſed
» hoc clarius explicat lib.5. vbi Tuſcos ſuos deſcribens inter cætera hæc ha
» bet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in F
» qua baptiſterium amplum, ſi natare latius, aut tepidius velis, ex quibus
omnibus ſatis apertum eſt in gymnaſiis ſiue balneis veteres nare ſolitos,
atq; in frigidarij baptiſterio aliàs piſcina vocata, de qua mentionem fe-
cit Tertullianus in lib. de baptiſmo, & de qua exiſtimo locutū Galenum
dum in.7. Methodi ſiccitate ventriculi laborantes curandi rationem edo
cens magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. i.
in piſcinis natando inſtitutis, quàm ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις, quamquā
etiā piſcinam interdum in atea gymnaſiorum ædificatam credo, vt teſta-
tur Plinius loco nunc citato, in quo poſt dicta verba ait. In area piſcina
» eſt, & ante Plinium Martialis, qui libro.5. Ligurini cuiuſdam inſulſi im-
portunitatem deſcribens dixit,

A *In thermas fugio,ſonas ad aurem,*
Piſcinam peto,non licet natare,
ni velimus Martialem potius de publica piſcina locutum eſſe, quā fuiſſe Romę ex multis,& maxime ex Regionū fragmento ſub porticu Capito ,, lina intelligere poſſumus,vbi vici publicæ piſcinæ clara mentio habe- ,, tur,de qua ita Feſtus Pompeius.Piſcinæ publicæ hodieq; nomē manet, ,, ipſa non extat,ad quā & natatum,& exercitationis alioqui cauſa venie- ,, bat populus,vnde Lucilius ait pro obtuſo ore pugil, piſcinenſis res eſt. De huiuſcemodi piſcinis ſcriptum eſt a Dione Mœcenatem omnium pri mum in vrbe aquarum calidarum natatoria inſtituiſſe. Quòd verò in la bris illis ſimiliter natarent,vel ſaltem natantium inſtar mouerent,conij cio cum ex magnitudine labrorum,tum ex verbis Galeni in .1.ad Glauco nem,quandò in tertianæ curatione natationem in aqua cōmendat quod de piſcinis gymnaſiorum nequaquam intelligi debet, tum ex Cælij Au-
B reliani verbis,qui in capitis dolore atque etiam in arthriticis curādis na tationem minimè,ſub dio factam,nec non feruentem,atq; etiam frigidā probans,duo demonſtrat primum in locis clauſis & etiam apertis, qua- lis erat areæ piſcina,alterum tam in aqua calida,quàm frigida natari ſo- litum; vnde elicio natationem feruentem ſolum in labris factitatam, q ſi Plinius in locis paulò ante citatis piſcinæ calidæ mentionem fecit, ſub hiſce verbis cohæret piſcina calida mirificè ex qua natātes mare aſpiciūt, ,, de calefacta vi ſolis,& maritimo ſitu potius quàm de feruefacta ab igne, ,, vt intelligit Cælius,verba feciſſe videtur.Quæ extra gymnaſia, ſiue pri- uata balnea efficiebatur natatio,modò in fontibus latiſſimis, modò in la cubus,modò in fluminibus,modò in ipſo mari agebatur, de quibus ſer monem habens Ariſtoteles dixit melius in mari,quàm in fluuio natari, 23. partic. diutiusque ibi moram trahi,quoniam veluti mare aquæ ſuæ corpulen- Prob. 12. tia craſſitieúe maiora,quàm dulces aquæ ſuſtinet onera ita facilius cor- & 14. pora hominum eleuata tenet,& conſequenter minus illa penetrare po-
C teſt,quùm dulces aquæ ob tenuitatem ſuam citius & leuius illabantur. Extra balnea quoq; apud aliquas nationes loci peculiares nando cōſtrue bantur & ideo κολυμβῆτραι vocabantur, ſicuti legitur apud Ioannem Euangeliſtam de Ieſu Cæco dicente ὕπαγε εἰς τὴν κολυμβῆτραν τοῦ σι Cap. 9. λωάμ, καὶ νίψαι vbi natatoriā ſiloe antiquus interpres tranſtulit. Itaq; natationem arcendis morbis,ſaniſq; corporibus exercendis & conſer- uandis vſitatam fuiſſe iam ſatis patet,quandò item Ariſtoteles ſcripſit na tantes in mari ſalubriter exinaniri,verumtamen illud animaduerti vo- lo,plerumq; ob delectationem, & ad ardores & ſiccitates temperandas homines natare,conſueuiſſe, cuius gratia in æſtate dúmtaxat natari ſo- litum fuit.

In lib. de ludo paruæ pilæ.

PRæclariſſima extat Galeni medici ſententia ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio vtiliſſimam videri, quæ nedum corpus fatigare, verũ etiam animam oblectare valeat, & iccirco ſapiẽtiſſimos illos haberi debere, qui in venatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodã modo labores voluptate, quaſiq; laudis cupiditate ita tẽperant, vt facilè iudicari non poſſit maior ne ſit corporis, an animi motus. Accedit huic, qđ natura ipſa, quæ animalia cuncta hominis cauſa ꝓduxit, venationem quaſi præcipere, & acceptam habere, vt ſcripſit Ariſtoteles, vt̃, quum in ipſa proprias poſſeſſiones acquirere conetur, ſpectaculũq; nullo ſcelere contaminatum exhibeatur, ſed ſimul & corporis robur, & animi vigor augeatur. Ex quo nemo non videt, q̃ prudẽter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, iiſq; validis, & ſanis conſeruandis E venationem tantopere æſtimarũt, cuius nimirum ſtudio antiqui illi medicinæ parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Æſculapius vſqueadeò, ſicut refert Xenophon, arſerunt, vt non minus in ea laboris, quàm in artibus, in quibus valde excellebant, ſibi impendendum quotidie vellent. Neq; vero ſolam medicinæ gymnaſticam huiuſcemodi exercitationẽ, ſed bellicã quoq; & athleticam recepiſſe, probaſſeq; credendum eſt; ſi quidem vel delectationem & gloriam, quarum gratia athletæ laborabant, vel militarem peritiã & fortitudinem, quibus bellicæ gymnaſticæ exercitatores inuigilabant, ſpectemus, cumulatiſſime omnes in venationis exercitio reperiuntur, atq; in eo præſertim, ꝙ non in auibus decipiẽdis, ſed in terreſtribus aĩalibus ſine dolo capiundis laborioſè verſat̃, de quo magis noſtram hanc tractationem intelligi debere volumus. Et ne ſine illuſtrium auctorum teſtimonijs hanc ſnĩam audacter nimis proferre videar, quõ vnaquæq; gymnaſtica venandi exercitatione vſa ſit iam inceptam viam inſequens demonſtrare conabor. F Quòd.n. illa bellicæ fortitudini aſſequendæ maximum adiumentum præbere putaretur, locupletiſſime teſtatum fecit Plato, qui poſtq̃ in Thæteto, &. 7. de legib. venãdi diſciplinam in tres ſpecies aquatilium. ſ. volatilium, & terreſtrium aĩaliũ diſtinxiſſet, improbatis alijs duabus pro iuuenũ educatione, de terreſtriũ venatione in fine 7. de legib. ita cõcludit. πεζῶν δὴ μόνον θήρευσίς
» τε, καὶ ἄγρα, λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς ὧν ἡ μὲν τῶν ἐυδόντων ἀν,
» ὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν, οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ' ἡ τῶν
» διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπόνου ψυ
» χῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι λοιπὴ καὶ
» ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, τε κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτοῦ σώμασιν, ὧν ἁπάν
» των κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς, καὶ βολαῖς αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις
ἀνδρείας:

1. Polyt.

In libro de ven.

A ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές.i.ſolũ itaq; terreſtrium venatio, capturaúe, athletis nr̃is reliqua eſt,atq; harũ quę dormiẽtia aĩalia peculiari vocabulo nocturna vocata perſequitur,ſegnibus conuenit nullamq́; meret laudem;ſicuti nec illa,qua laborũ intermiſſiones habens retibus & laqueis non laborioſi animi victoria ferarum robur euincere conať; vnde ſolam illam optimam eſſe relinquitur,in qua hoĩes quadrupedia equis, canibus,& proprijs corporibus venanť,quos omnes ſuperant illi, qui fortitudinis diuinæ poſſeſſionem curantes proprijs manibus currẽdo,feriendo,& iaculando venationi operam nauant.Ex quibus verbis clarè patet quantũ Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipſo nuncupata, venationem dixerit exercitatoribus militaribus cõferre; quos quõ ipſe ſub ἀθλητῶν nomine comprehendat ſuperius indicauimus.Euidẽtius,q̃ Plato,locum hunc explicaſſe vr̃ Xenophon, qui de Cyro in eius pædia ita ſcriptum reliquit τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνεκα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν
B ἐξῆγεν,οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι,καὶ ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην.i.exercitationis autem bellicæ gratia eos ad venationem educebat quos hæc exercere oportere exiſtimabat,hanc ratus & oĩno bellicarum exercitationũ optimam,& equeſtris veriſſimã. Quo in loco nemo non videt, q̃ apertè venationem ad exercitationem bellicam omnium maximè conducere cenſuerit,vnde poſtea in lib.de venatione iuuenes ad capeſcendã hanc exercitationem duabus pręcipuis rationibus adhortatur,tum ꝙ corporibus bonam valetudinem comparat,tum ꝙ eos ad bellum maximè inſtituit, ſtrenuoſq; milites & cæteris rebus agendis idoneos reddit.At Ariſtoteles non tantùm bellicæ exercitationi venandi ſtudium cõducere voluit, quinimmo illud ipſius partem manifeſta oratione fecit, vt amplius nulla dubietas ſuperſit,quin inter cæteras militari gymnaſticæ inſeruiẽtes exercitationes venatio quoq; locum obtinuiſſe debeat. Quòd verò nec athletica profeſſio huiuſce generis exercitio caruerit,venationes in am-
C phiteatris ab Imperatoribus ſæpenumerò repræſentatę & apud Latinos ſcriptores mirũ in modum celebratæ demonſtrant, quæ licet ab hac noſtra multum diuerſæ fuiſſe appareant, illius tñ ſpeciem præſeferebant, nempè cum beſtiarij,atq; alij mortis ſupplicio condemnati eo prorſus modo aduerſus feras vſq; ad alterius interitum (vt refert Suetonius) cõtenderent,quo venatores cõtra minus immanes beluas pugnare conſueuerunt.De medicorũ gymnaſtica,quòd.ſ.venationem valetudini,& bono corporis habitui comparandis,tuendiſq; probarent, nemini non cõſtare arbitror,qñ præter Xenophontis ſententiam nuper citatam, præter Galeni auctoritatem,qui inter exercitationes corporis ſanitati inſeruientes eam repoſuit ludoq; paruæ pilæ in hoc ſolũ inferiorem fecit,qđ maiori apparatu indigeat,propterea nec artificibus nec ciuilibus nego-

Lib. 1. poli. cap. 5.

2. de tuen. ſan.

In libro de ludo paruę pilæ.

lib.5.epiſt. tijs implicitis conueniat; præter iuniorem Plinium, qui venatione cor- D
pus ſanum conſeruaſſe inſinuat, præter aliorũ argumenta, vnum Razis
In.30.con tract.13.c.1. Arabis medici eruditiſſimi teſtimonium ſufficere poteſt, apud quem legitur contigiſſe in quadam peſte, vt dum omnes ferè perirent, ſoli venatores ob ſummam valetudinẽ aſſiduis exercitationibus partam incolumes euaſerint, ne ſilentio prætercam Lacedæmonios, a quibus olim ad cœnam Dionyſius Syracuſanus acceptus, ſe cibis appoſitis delectari negauit, cui ſtatim reſpondit coquus, ideo illud eueniſſe, quia nec in venatu, nec in curſu laborauerat, & ideo ſiti & fame carebat, quibus Lacedæmoniorum epulę condiebãtur, itaq; mirari nullo pacto debemus, ſi Mithridatem quem vſq; adeò ſanitatis & vitæ ſtudioſum fuiſſe ſcimus, venationi ita auide operam dediſſe legimus, vt ſeptem annis, neq; vrbis, neque rutis tecto vſus ſit. Ergo manifeſtum cuiuis iam eſſe poteſt, quantùm in exercẽdis pro valetudine corporibus venatio apud veteres æſtimata fuerit, cuius cum multæ eſſent ſpecies, quarum aliæ retibus, aliæ laqueis, viſco, & aucupijs, aliæ carniuoris, & rapacibus auibus, aliæ canibus, ſagittis, vel puris, vel tinctis; quas ideo Gallos venatores helleboro inficere E
lib.25.c.5. conſueuiſſe tradit Plinius, quia circumciſo vulnere caro tenerior ſentit: aliæ armis modò in volatilia; modò in terreſtres beluas peragebantur, illas venationes aptiores exiſtimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, vel currentes q̃ equis vecti feras canibus, & armis inſectabantur; nempè quas tum corpora magis exercere, tum ſenſus oẽs acuere, tum maiorem animis voluptatem afferre nemo negaret. Eam.n. venationem, quæ cum accipitibus & aſturibus aduerſus aues hiſce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, qđ
9.d his.aĩa lium.c.36. licet Ariſtotel. memoriæ prodiderit in ea Thraciæ parte, quæ olim Cedropolis vocabatur, homines ſocietate accipitrum per paludes aucupari conſueuiſſe, nihilominus genus illud venationis noſtræ valde diſſimile appret, quandoquidem illi ipſi lignis, quæ manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, vnde aues ob ſtrepitum excitatas euolanteſq; accipitres deſuper inſectabantur, quorum metu aues perculſæ terram repetebant, ibiq; percuſſæ baculis a venatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus diſtribuebantur; noſtrum vero accipitribus atque aſturibus edoctis peragitur, quod antiquos ignoraſſe & Conſtantini Imperatoris ætate inuentum eſſe inſinuat Iulius Firmicus ſicut etiam ignorarunt eam venationem, quæ canibus arte quadam inſtructis, & retibus aduerſus qualeas, perdices & faſianos exercetur, ſed de his ſatis. F

Explicit Liber Tertius.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER QVARTVS.

De ratione agendorum & de exercitationis vſu. Cap. I.

QVum gymnaſticæ originem, eiusque ſpecies, & ſpecieru͂ (vt ſic dicam) ſpecies ab antiquis traditas, ac in vſu habitas iam clara, quantum conceditur, effecerimus ad perficie͂dum tractationis noſtrę inſtitutum relinquit̃, prius vniuerſales, communesúe exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modò ſingula cognoſcere, verumetiam vti ſcire vnuſquiſq; poſſit; deinceps ad particularia

B & magis propria tranſeundum erit, vt in ſingulis exercitationibus quid boni, & quid mali reſideat, faciliter pernoſcere, & cognitum partim amplecti, partim effugere valeamus. Fuiſſet me Hercle inanis propè labor, ac vanum ſtudium exercitationes vſque adeò apud veteres celebratas perueſtigaſſe, niſi etiam vtilitates & commoda, quorum gratia tota͂ gymnaſticam & condiderunt, & in quotidianum medicoru͂ vſum eduxeru͂t, perſpecta & clara haberent illi, quibus hæc noſtra lectitare, ijsq; ad ſanitatis profectum non oſcitanter vti placuerit. Atq; in hoc ideò magis mihi elaborandum eſſe cenſeo, quoniam Galenus Hippocratis atq; Platonis placita ſecutus in omnibus quide͂ artibus, ſed præſertim in medicina vniuerſales methodos parùm iuuare clamat, niſi particulariu͂ tractationes, ac indiuiduorum ſpeculationes acceſſerint, quibus tum res co͂muni methodo inuentæ certius confirme͂tur, tum earum ſimilitudines ac diſſimilitudines, vnde omnis humana deceptio, vt in Phædro ſcripſit Plato, principium ſumit, probe diſcernantur. Ha͂c igitur ab antiquis phi

C loſophis, atq; medicis laudatam viam incedentes tractandorum omniu͂ ab ipſius exercitationis natura initium capiemus, quam cum diffinierimus motum quendam corporis eſſe, atque omnem motum neceſſariò differentiæ nonnullæ ſequantur, nimirum vehementia, remiſſio, celeritas, tarditas, & ſimilia. Et præterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum eſt, locus vbi moueri debet, tempus in quo moueatur ac ipſius motus menſura, atque modus ex neceſſitate requirant̃. Confutatis eorum qui de exercitationibus praue ſenſeru͂t, opinionibus, primò differentias illas exercitationem conſequentes declarabimus, ſecundò quæ ſint corpora exercitationibus apta, & quæ inepta demóſtrabimus, tertiò qualis eſſe debeat locus, vbi illi exercitationibus opera͂ nauare debent, qui vel confirmandæ, vel conſeruandæ valetudini ſtudent.

quartò quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habea- D
tur, ſicuti namq; corpora omnia non omnem exercitationis ſpeciem per
ferunt, ita ſimiliter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicumque
aptantur. Sed quia imperfecta hæc tractatio remaneret, niſi mẽſura exer
citationis præſcriberetur ideo quintò ſubiungam, quantum exercendũ
ſit. Addam & ſextò modum quo exercitatio adiri debeat, atq; ſic ad par-
ticularium exercitationum qualitates examinandas deſcendens nihil re
linquere conabor, quod in hac materia iure deſiderari queat, & quod
1. de dieta. ab Hippocrate ſiue Polybo pro laboribus aut exercitationibus tractan-
dis cognitu neceſſarium poſitum fuerit. Sed hoc antequàm aggrediar, il
lud prius hoc in loco præfandum eſſe iudico, ea omnia, quæ in hoc quar
to volumine tradituri ſumus, tanti in vniuerſo exercitationum negotio
momenti exiſtere, vt ijs vel ignoratis, vel neglectis exercitationes detri-
menta potius, quàm commoditates vllas inferant, innumera quando
1. d tu. val. cap. 7. & lib. de cibis bo & mal. ſuc. quidem exercitationes, vt præclarè ſcriptum eſt à Galeno, opportunè ac E
prudenter adminiſtratæ errores tum naturæ in corporis tẽperie factos,
tum hominum in victus ratione commiſſos emendare, prorſuſque dele
re natæ ſunt veluti M. Tullio contigiſſe fertur, quem mala ſtomachi va-
In eius vita. letudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corpo-
ris ſui habitum roboraſſe ſcribit Plutarchus, vt ad multa magnaque cer-
tamina ſe validum reddiderit. Contrà ſi eædem temere nullaque oppor
tunitatis ratione fiant, non modò optimas corporis a natura conſtitu-
tiones tributas corrumpunt & interdum prorſus deſtruunt, verumetiã
plurima ac ſæuiſſima morborum genera latenter inducunt, quo fit, vt
qui exercitationibus moderatè & opportunè peractis vitam ſanam tra-
ducere, nulliſque medicamentis indigere poſſent, ijdem ob exercẽdi ne-
gligentiam quaſi perpetua infirmitate crucientur, aſſiduiſúe medicamẽ
tis opus habeant.

Confutatio opinionis eorum qui exercitationem in ſanis damnabant, & de exercendi neceſſitate, ac commoditate. Cap. II. F

SI igitur tales, tantæque exercitationis vtilitates exiſtunt, ma-
gnopere coarguendi ſunt, qui de corporibus exercendis pra
uas omnino, atque humano generi noxias ſententias diſſe-
minare non erubuerunt. Hos etenim in tres ſectas antiqui-
5. de tu. va. cap. 11. tùs partitos eſſe ſcribit Galenus, quorum Alij qualcunque exercitatio-
nes veluti ſanitati potius noxias, quàm vtiles penitus ſuſtulerunt. Alij
neminem exerceri vetandum voluerunt. Alij media quadam via incedẽ
tes aſſuetos ſolum exercendos iudicarunt, inaſſuetis exercitationes ne-
garunt: horum omnium placita & recenſere, & refutare operæ precium
duco,

A duco,ne ſi vel taceamus,gratis eos reprehendere videamur,vel ſi irrefutata dimittantur,aliquibus arrideant,& tamquam ſanitati conducentia interdum accipiantur.Eraſiſtratus itaque Praxagoræ & Chriſippi in medicina ſucceſſor,necnon Aſclepiades Pruſienſis magnæ auctoritatis medicus inter alias abſurdas,quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum ferè, & ſanguinis miſſionis vſum in infirmis abrogandum crediderunt,in ſanis exercitationes corporis nihil ad bonam valetudinẽ conferre ſtatuerunt,atque ad hoc poſtremum aſſerendum pluribus rationibus adducti fuerunt.Prima erat,quòd ſanitas in humorum omniũ iuſto temperamento collocatur, humores verò gignuntur & in moderatione retinentur ex ciborum moderata ſumptione,& concoctione,cõcoctio verò quælibet quiete,vt indicat ſomnus,magis perficitur, a motu qualis eſt exercitatio,impeditur,& non rarò corumpitur, vnde ipſa deprauata neceſſariò humorũ harmonia,& ideo ipſa ſanitas deſtruitur.
B Altera ratio erat,quòd omnis exercitatio laborem ſibi adnexum obtinet labor ſicuti naturæ noſtræ quodammodo inimicus apparet,ita quoque iucunditatem,& dulcedinem,quibus nuuquàm ſanus homo priuari debet,e medio tollit,atque ſic ſanitati potius obeſt,quàm porſit. Tertia ratio eat per eadem ſanitatem pręſentem conſeruari,per quæ amiſſa recuperat,vnde cum deperdita ſanitas per quietem,& non per exercitationẽ reparetur, per eandem etiam & non per motum vllum conſeruatur.
Quarta ratio erat ab exercitatione nimis calorem augeri,& conſequenter natiuum humidum exhauriri,quæ duo ſanitatem corrumpere,& nõ conſeruare nemo dubitat,quum ipſa in moderato calore & in commenſurato natiuo humido tota conſiſtat;addebãt inſuper multos diu in carceribus detentos ſanam vitam traducere,qui nullo pacto exercitationibus vacare poſſunt,atque inde apparere ſanitatem abſque exercitationibus conſiſtere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis ſanitati nullo pacto conferre & crediderunt,& cæteris perſuadere conati ſunt;ſed eos vehementer aberraſſe omnes planè confitebuntur,
C ſi & exercitationis neceſſitatem, & naturam, vtilitatemúe interius conſiderare voluerint.Nam cùm a corporibus noſtris continuò effluãt corpuſcula,quæ niſi inſtaurarentur,vitam facilimè perderent, ideo cibo quoad viuimus,vt effluentes partes regenerẽtur,ſemper opus habemus; cibus autem quantumuis opportunus,& inculpatus eligatur, nunquã ita in ſubſtantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant,quæ niſi continuò foras truderentur,haud difficile foret,aliquo temporis tractu vſque adeò accumulari,vt calorem naturalem ſuffocarent; quod præuidens ſagax natura meatus, ac vias multas illis expurgandis parauit,quæ proculdubio cunctis exinaniendis cùm nõ ſufficiant,exercitatione indigemus,vt ea per motum attrita aliàs ſudoribus

aliàs

aliàs ſenſibilibus, & inſenſibilibus expirationibus a nobis ſeparemus, D
alioqui ſi ocio, & torpore huiuſcemodi excrementa retineantur, innumeras morborum exitialium ſpecies generari periculum eſt & iccirco præclarè Socrates apud Platonem in Theæteto dixit habitum corporum ab ocio & quiete deſtrui; ab, exercitationibus verò & motibus conſeruari; quod forſan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, vbi ſanæ vitæ traducendæ rationem breuiter exponens, ita ſcipſit ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀοκνίη πόνων, videlicet quod in hoc ſanitatis conſeruatio collocatur vt ſatietas ciborum vitetur, & exercitationes corporis in frequenti vſu habeantur. Accedit his, quòd calor multitudine excremẽtorum per exercitationem exoneratus robuſtior efficitur, membra firmitatẽ maiorem acquirunt, omneſque corporis virtutes in proprijs perficiẽdis operationibus expeditiores, & fortiores euadunt, vt rectè dixerit Hippocrates, ſiue Polybus ἄνθρωπος ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ q. ſ. homo qui comedit minimè ſanè viuere poteſt, niſi laboret. Sed ne Eraſiſtratum, atque Aſclepiadem gratis refutare videamur, quales ſint eorũ rationes perpendemus. primò concedimus ſanitatem in humorũ æqualitate ſitam eſſe, atque hanc æqualitatem ab optima ſuccorum generatione, & concoctione conſeruari, dicimus tamen concoctionem ipſam & à quiete effici, & ab exercitatione opportunè ac moderatè adhibita non parùm adiuuari, quandoquidem ſi, vt nuper dicebamus, calor naturalis ab onere ſuperfluitatum per exercitationem leuatus valentior redditur, magiſque excitatur & ſic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunæ ſuccorum optimam concoctionem nõ ſuggerant, ſimulque ſanitatis conſeruationi non valde conducant, non video; vnde ſi motum intempeſtiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoque illis aſſentimur, at ſi motum tempeſtiuum qualem exercitationem medici antiqui eſſe diffinierũt, idem efficere adſtruxerunt, in aperta falſitate verſari eorum dogmata cuiuis perſpectum eſt, eo magis quia exercitatis profundiores ſomni contingunt, quibus poſtea meliores concoctiones perficiuntur, vt non ſine ratione dixerit Galenus primo de alimentis neque prauos cibos offendere multum exercitationi deditos, nempè quibus profundi ſomni a laboribus eueniant, & tales deinde ſomnos optimę concoctiones ſequantur. Quòd porrò in ſecunda ratione aſſerebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde voluptatem ſanitati coniunctam, ipſamque ſanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profectò exercitationem, quam vehementem motum anhelitum alterantem eſſe decreuimus, laborioſam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucũditate carere, dicimus tamen ſanitatem interdum cum aliqua moleſtia poſſe permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore

Margin notes: 6. epid. cõ. 4. — 1. de dieta. — E — F

A tempore perduret, qualis eſt moleſtia exercitationi aſſociata, quæ momē
tanea eſt, non immoderata, immò maioris, & lōgioris delectationis præ
paratrix, nempè cùm corpus a ſuperfluitatibus liberet, omnisque natu
ralis exinanitio iuxta Ariſtotelis ſententiam afferat. Ad tertiam rationē, In proble. ſect. 5.
qua etiam Porphyrius philoſophus adductus carnium vſum ad ſani-
tatem damnauit, reſpondemus falſum omnino eſſe, quòd per eadē præ- In 2. de ab ſti. ab aīali bus.
ſens ſanitas conſeruetur, per quæ abſens recuperatur, quoniam etiā ip-
ſe Aſclepiades, & Eraſiſtratus per inediam trium & quatuor dierum, vt
Celſus, & Plinius teſtantur, multos affectus curabant, quam ſanitati cō Libr. 1. in prohe.
ſeruandæ maxime nocere, fatui quoque affirmarent; præterea Hippo- lib. 26. c. 3.
crates, eiusque ſequaces experimentis infinitis medicamenta ſanitatem
recuperare, ſi opportunè ſint adhibita, comprobarunt; at ijdem ſanos nō
modò à medicamentis non iuuari, ſed ſanitatem apprimè lædi palā enū
tiarunt; vnde ſatis patet propoſitionem, quam aſſumpſerunt, a veritate
B longè recedere, ne longior mea euadat oratio, ſi omnia quæ ad refutan-
dam illam valerent, in medium afferre vellem. Erat illorum quarta ratio
ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum ſibi debitum hoc
eſt mediocritatem tranſire, & conſequenter natiuum humidum, a qui-
bus duobus vniuerſus ſanitatis ſtatus dependet, exhauriri; at eam verā
minimè eſſe facilè conuincetur, ſi exercitatio debite adminiſtrata, quem-
admodum medici antiqui decreuerunt, conſideretur; quæ tametſi calo-
rem natiuum augeat, ſuperfluosque humores inaniat, ſi tamen adhibea
tur eo modo, quo adhibendam inferius demonſtrabimus, tantum abeſt
illam natiuum humidum conſumere, aut ſanitatem aliquo pacto labefa
ctare, vt potius extraneos humores diſſipando, ſuperfluitatesque abra-
dendo, quæ ipſum humidum turbare ac inficere poſſent, idem conſer-
uet, & ſimul cum calore viuidum reddat, necnon carnes, & cætera mem
bra ſolidiora, & puriora efficiat; ex quo venuſtiſſimè Galen. carnes vten com. 3. de artic. aph. 31.
tium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδυ πεπηγόσι ſiue caſeis iam exacte
C coagulatis, & non vtentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις ſiue adhuc coagula
tionem ſubeuntibus adſimilauit: Quòd autem vltimò addebant in carce
ribus concluſos ſine vlla exercitatione ſanam vitam degere, ſi intelligāt
ſine exercitatione propriè dicta, quam vehementem motum eſſe diffi-
niebamus, vera dicunt, & nos quoque aſſentimur, at ſi de exercitatione
communiter accepta loquantur, vt eorum fuit ſententia, dicimus in car-
cere concluſos vel frictione, vel aliquo alio motu fuiſſe vſus, alioqui ab
omnibus motu penitus deſiſtentes, impoſſibile eſt vt multo tempore ſa-
ni viuant, quandò quotidie ea ratione quàm plures ægrotare, atque etiā
interire in carceribus videmus, vnde Auerroes prauitatem ab exercita- 6. coll.
tionis priuatione naſcentem probaturus a carceratis argumentum acce cap. 2.
pit, nempè qui (dicebat is) facies careticas, colorem impurum, & omnes

opera-

operationes læſas habent, quòd non magis homini, quàm alijs animalibus latentibus, & volucribus in cauernis detétis accidere dicebat, quod D
ſi qui reperiuntur, qui in carceribus ſine vlla exercitatione degant ſani, illi per quam rari ſunt, & vſque adeò valida corporis conſtitutione formati, vt omnibus noxis fortiter obſiſtant. Neq; putandum eſt huic ſententiæ noſtræ Hippocratem vllo pacto refragari, quòd is peſtiferam illá in Thaſo aeris conſtitutionem deſcribens, prauosq; in illa genitos mor-
1.Epid.cō. bos recenſens, dixerit Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι,
1.aph.11. καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστραν, καὶ γυμνάσια πλείστοισι .i. fiebāt autem hæc adoleſcentulis, iuuenibus, ætate florentibus, atque horum ijs, præcipuè, qui in palæſtris, & gymnaſijs exercebantur; quoniam ſi rectè verba auctoris vetuſtiſſimi examinentur, dictis noſtris maximè fauét cum ibi narretur corpora exercitata ob calorem, & virium firmitaté morbis illis magis reſtitiſſe, atque feliciori cæteris ſucceſſu euaſiſſe. Itaq; nulli iam obſcurum eſſe arbitror, quàm grauibus in erroribus verſatentur E
illi, qui (audacter ne magis, an inſolenter, an quod nouarum opinionū ſtudioſi eſſent, ignoro) exercitationem ſanitatis conſeruationi nullam opē præſtare affirmarunt. Et contrà quàm probè, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum præſtantius auxilium pro tuenda ſanitate reperiri ipſa recta victus ratione, necnon exercitationibus opportunè adminiſtratis memoriæ tradiderunt, quæ duo quum diligenter profiterentur olim Perſæ, vſque adeò turpe reputarūt aliquos ſpuere, emungere, & flatibus plenos videri, quaſi ſic (vt ſcribit
Lib.1.Cyri Pæd. Xenophon) coarguerentur neque modico victu vti, neq; laboribus humiditates corporis conſumere.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi ſentiebant. Cap. III.

REfutata eorum falſa opinione, qui exercitationem corporis F
ad ſanitatem nihil conducere aſſerebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes eſſe cenſuerunt, quosue prædictis meliorem ſententiam habuiſſe & ratio ipſa, & Galeni auctoritas perſuadent.
5.đ tu.va. cap.11. Iſti etenim animaduertentes Hippocratem hanc indefinitam propoſitionem enunciaſſe (Labores cibum præcedant) dixerunt Senem præcepiſſe, vt omnes homines ante cibum ſumptionem ſeſe exercerent: ad hæc ſententiam ſuam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarū prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodū pueri vel mox in lucem editi atteſtari videntur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in vſum poni,

nec

A nec vllo pacto irritas fieri, tantò magis quandò inclinationes illas ob ali
quod excellens bonum naturam elargiri in pluribus manifeſtatur, ſicuti
in maiori hominum parte exercitationum inclinationes in vſu poſitas
ſanitatem bonum excellentiſſimum præſtare nemo negat: alia ratio, qua
moti iſti in ſimilem opinionem deuenerunt, fuit, quòd ſi omnes homi-
nes neceſſariò excrementa generant, quæ continuò expelli neceſſe eſt,
alioqui aucta, & accumulata natiuum calorem conſopirent, peſſimosq;
morbos citra controuerſiam progignerent, atq; huiuſcemodi excremen
torum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturúe; conſenta
neum rationi plane videtur nullũ reperiri poſſe, qui exercitatione ad
educendas quotidianas ſuperfluitates non indigeat, & ob id omnes ho-
mines exercitationem deſiderare; addebant inſuper, quòd ſi aliqui repe
rirentur, quibus exercitatio minimè conueniret, proculdubio eſſent illi,
qui natura corporis imbecillimi ſunt, qui cum ab exercitationibus vtili
B tatem capiant, cæteros quoſcunque ab ijſdem iuuari, & iccirco illis vti
debere conſequens eſt. His ergo rationibus perſuaſi cunctis paſſim ho-
minibus ante cibum ſaltem inungendas exercitationes eſſe prædicabãt:
ſed & ipſi apertiſſime hallucinati depræhenduntur, Quoniam cùm ho-
minum naturæ, & conditiones vſque adeò diuerſæ ſint, vt neminem in
ueniri (ſicut ſcripſit Galenus) alteri ſimilem prorſus liceat, ſintúe quibus 2.de tẽper.
medicamenta noceant, quibus proſint, quos immodicus coitus, ſiue λα
γνεία ſecundum Hippocratem, Ariſtotelem, & Galenum iuuet, quos vel 6.Epid.cõ. 5.aph.22.
minimus lædat, & ſic de ſingulis; pariter rationabile ſit aliquos dari, qui 1.partic.
non parùm ab exercitationibus corporis offendantur, vt inferius mon- Prob.51.
ſtrabimus, & próinde vniuerſale illud præceptum non ſine ingenti di-
ſcrimine eſſe. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam ſibi fauere ſunt ar-
bitrati, haud quaquam (vt bene ſenſit Galenus) inſinuat, quòd omnibus
hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi au 5.de tu.ua.
ctor ibi ſermonem habuit, quaſi innuere voluerit, quibus exercitari ex cap.11.
C pedit, præcedere exercitationem cibos debere: quòd porrò idem cenſue
rit exercitationem haud cunctis prodeſſe in libro de graſſantibus mor-
bis palàm teſtatus eſt, vbi calidas naturas quieſcere debere cenſet. Ratio
verò prima, qua ſententiam ſuam aſtruebant, licet vera ſit, atque a Plato
ne ac Galeno confirmetur, nihilominus eorum dictis parùm opitulatur
ſi quidem homines a natura profectò ad motus ſimpliciter inclinantur,
& nullus eſt modò ſanam vitam degat, qui perpetuo ocio torpeat, & nũ
quã moueatur; at quòd ijdem inclinentur ad eos vehementes motus,
quos ſub certis regulis complexos exercitationes vocamus, nulla ratio
dictat, neque vllus ſanæ mentis pronuntiaret, ex quo apparet ratione na
turalis inclinationis minimè cunctos exercitationibus aptos iudicari de
bere. Ad alteram rationem, quæ certe multa probabilitate non caret, re-
ſponde-

ſpondemus excrementa continuò in corporibus noſtris collecta neceſ- D
ſariò eſſe tollenda, at quòd ſolis propriè dictis exercitationibus huiuſce
modi exinanitio peragatur, falſum omnino eſt, quandò balneum, frictio
nes, inſenſibilis tranſpiratio, geſtationes citra motus vllam vehementiã
ſimili euacuationi perbelle ſatisfacere poſſunt, quemadmodum appoſi-
5. de tu. va. ſitiſſimis Primigenis & alterius cuiuſdam exemplis demonſtrauit Gale-
nus, quos ab iminentibus morbis exercitationis abſtinentia, ſoliusque
balnei vſu liberaſſe, ſanosque conſeruaſſe teſtatur: quòd verò poſtremo
loco addebant, cũ imbellimi natura exercitationes requirãt, alios quoſ-
cumque etiam requirere, dicimus aſſumptum verum eſſe, videlicet im-
becilli corpore natos ab exercitationibus non parum iuuamenti percipe
In lib. de di- re, vt Socrates apud Xenophontem ſui ipſius exemplo probat natura in
ctis, & fa- firmiſſimos, ſi exerceantur, fortiores euadere, quàm naturali fortitudi-
ctis Socra. ne præditos, ſed inexercitatos, & poſt Socratem Galenus, qui multos a
natura infirmo corpore genitos moderatis exercitationibus naturæ erro E
res correxiſſe, & quaſi nouum corporis, ac meliorem habitum regene-
raſſe ſcribit; attamen conſequens falſum eſſe confitemur, neque enim
ſequitur imbecillimi exercendi ſunt, ergo omnes alij, ſi quidem calidi &
ſicci immoderatè, tametſi non ſint imbecilles, cauſis antedictis exercita-
tiones non requirunt, quia vires non ſunt, quæ exercitationẽ inhibeãt,
ſed intẽperies corporis, quæ dum ab exercitationibus augetur, eas pror-
ſus noxias eſſe indicat. Concluditur ergo omnes homines exercitatio-
2. de tu. va. nes propriè dictas minimè deſiderare, atque illos, qui hoc aſſeuerarunt,
toto cælo aberraſſe; quamuis exercitationem cõmuniter acceptam, pro-
ut quaſlibet vel minimas corporis agitationes complectitur, nemini ſa-
no negari poſſe fateamur, quandò nihil ſanitati tam hominum, quàm
brutorum æquè perniciosum, & letale inuenitur, atque cuiuſlibet mo-
tus ceſſatio, cõſumatumúe ocium, quibus non tantum vniuerſus corpo
ris habitus inſigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humidita-
tes ſuperuacuæ creſcunt, moleſtusúe, quidam omnium virium torpor F
connutritur, verumetiam, vt dicebat Galenus, cuncta mẽbra tenuia, debi
Lib. de cib. lia, atq; flacida euadunt, & ſubinde non rarò exitiales morbi naſcuntur,
bo. & mal. qui ab humoribus frigidis plerumq; originem ducentes, vel ad mortẽ,
ſucci. vel ad perpetuam valetudinis offenſionem perducunt.
Lib. de cau.
morborũ.
li. 2. de fra.

Redarguuntur, qui aſſuetos ſolum exerceri volebant. Cap. IIII.

REſtat falſa eorum opinio condemnanda, qui aſſuetos ſolùm
exerceri debere, inaſſuetos minimè exercendos eſſe iudica-
bant, quorum ſententia tametſi ſpeciem veritatis quandam
præſeferat, cæteriſq; duabus iure anteponi mereatur, haud
tame

A tamen prorſus errore vacat, dum aſſuetudini nimium tribuere, quaſiq;
ſupra naturæ conditiones illam ſtatuere videtur. Cæterum ne horũ pla
cita iniuſtè refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam ſenté
tiam iuerunt, & errata, quæ commiſerunt in medium proponemus, vn
de veritas facilius elucere æquo iudici poterit. Iſti itaq; quum legiſſent
apud medicorum principem Hippocratem eos, qui conſueti ſunt ſolitos 2. Aph. 49.
labores ferre, & ſi fuerint imbecilles, & ſenes non conſuetis, fortibus, & 50.
iuuenibus facilius ferre; quæúe ex longo tempore conſueta ſunt, & ſi de
teriora ſint, inaſſuetis minus incõmodare, aſſeueranter pronuntiarunt
neminem inaſſuetum exercitationibus, & laboribus committi debere,
alioqui maximopere offendi, ſed dũtaxat aſſuetos, nempe quos partes
exercitatas robuſtiores habere, & propterea laboribus ſine damno reſi-
ſtere experientia demonſtrat; addebãt his rationes, primò quòd omnes
illi, qui cuilibet rei inſueſcunt, magna ex parte naturæ ſuæ conuenienté
B conſuetudinem deligunt, quoniam lædentia experti, illa repudiant, &
iuuantibus adhærent vnde exercitationibus aſſueti in illis tamquam ſi-
bi familiaribus conſeruari debent, qui verò quieſcendi conſuetudinem
contraxerunt, ab illa nullo pacto ſunt remouẽdi, quaſi tales experti ſint
ab exercitationibus ſe ipſos offendi, & a quiete vtilitatem capere. Secun
dò quod iuxta philoſophorum, & medicorum placita conſuetudo in na
turam tranſit, & iccirco non ſecus conſuetudinem permutantes oblæ-
duntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduerſus illius impetus ob
tendere conantur; tertiò quòd ſi conſueti quieſcere longo tempore ſa-
ni ita vixerunt, veriſimile ſit in eadem quiete reliquum vitæ curſum ip-
ſos ſanos peracturos; ex aduerſo verendum eſſe eoſdem ægritudines di-
uerſas incurſuros, ſi quidem permutantes in contrarium viuendi ratio-
nem, & alia ipſi conſequentia in contrarium ſtatum permutari neceſſa-
rium videtur. Huiuſcemodi ergo rationibus inducti iſti conſtanter affir-
marunt conſuetudinem non debere mutari, & ideo ſolitos exerceri exer
C cendos eſſe, & ſolitos quieſcere in quiete permanere debere. Sed vt di-
xi, licet hi minus culpandam ſententiam ſecuti ſint, attamen neque ipſi
erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inaſſueta trãſeun- 2. Aph. 56.
dum eſſe iudicauit, ne quando ad illa deſcendere coacti grauiora damna
patiamur, quod magis agendum eſt, quando illa, quæ conſueta ſunt, ni
mis pernicioſa exiſtunt, qualis eſt conſumata ab exercitationibus ceſſa-
tio, vnde Hippocratis citata auctoritas in eo ſenſu accipi debet, vt volue-
rit, quemadmodum & nos velimus, nolimus aſſentiri cogimur, aſſueta
inſolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad inſoli-
ta quandoque tranſeundum ſit, & præſertim cum aſſueta valde praua,
ſunt, & inaſſueta multò meliora. Primæ itaque rationi reſpondemus aſ-
ſumptum falſum eſſe vniuerſaliter intellectum, quoniam ſicuti multi
conſuetu-

conſuetudinem naturæ eorum conuenientem induunt, ita quamplures D vel dulcedine allecti, vel negligentia, aut alijs detenti ſtudijs, vel præ nimia ſtupiditate ſeſe lædi non ſentientes, in malis conſuetudinibus & naturæ ipſorum inimicis perſiſtunt; quemadmodum faciunt quieſcendo & aſſueti, & dediti, qui quietis voluptate delibuti non ſentientes offenſionem ei aſſueuerunt; non autem quòd eam tamquam ſibipſis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad ſecundam verò rationem dicimus naturam profectò, & conſuetudinem parum differre, haud tamen ſequi ex hoc, ꝙ nunquam conſuetudo mutari debeat, quandoquidem ſi medici naturas prauas, ideſt naturales intemperies emendare, in meliusque permutare omni arte contendunt, vt ſanitatem, & habitum bonum, corpori ingenerent, cur item peſſimæ conſuetudines ab illis in honeſtiores, & ſalubriores permutari nequeant ignoro, eò præſertim quòd facilius exuuntur, quæ conſuetudine fuerunt contracta, quàm quæ a principio ortus a natura tradita; accedit huic, quòd ociandi conſuetudo pernicioſa eſt, quia E

Lib. 1. Cap. 3. (vt dicebat Celſus) poteſt incidere laboris neceſſitas. Tertiæ præterea rationi opponimus eos, qui in prauis conſuetudinibus perſiſtunt, tametſi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, vt innuere voluit Hippocrates, dum haudquaquam inaſſueta deteriora non turbare, ſed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tẽpore in ſimilibus conſuetudinibus vitam ſanam traduxerint, quoniam

2. de alimẽ. ſicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali ſucci victitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem quolibet, vel minima occaſione peſſimos morbos incurrunt; ſimiliter quoque in peſſimis conſuetudinibus perſeuerantes, ſæpenumero intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quouſque humores praui ocio nutriti & ſupra modum aucti incurabiles, & moleſtiſſimas ægritudines inducunt. Quamobrem elaborandum eſt vniuerſis ſanam vitam optantibus, F vt malæ conſuetudini innutriti minimè ſe voluptate, atque damni ignorantia decipi ſinant, immo quamprimum ab ea recedere, paulatim tamen, & vt dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς ſtudeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua moleſtia permutandas eſſe pernicioſas conſuetudines, quàm in illis cum delectatione perſiſtendum. Atque hæc pro male de exercitationibus ſentientiũ refutatione dicta ſufficiãt. Tempus modò eſt, quæ corpora exercitationibus accomodentur, quod tempus, & qui locus, demonſtrare, ſed antequam hoc aggrediamur, differentias, vt ſupra promiſimus, ipſiusque tractationis ordo expoſtulat, exercitationum breuiter percurremus.

A *De exercitationum differentijs.* *Cap. V.*

QVicunq; ex antiquis exercitationum facultatem ſpeculari, &
ſcriptis tradere aggreſſi fuerunt, tres primarias illarum diffe
rentias effecerunt, quarum aliam *παρασκευαστικὸν γυμνά-
σιον* ſiue prçuiam exercitationem, alterã *ἀποθεραπευτικόν*, 3.de tu. ua.
tertiam ſimpliciter exercitationem nuncuparunt; præuia ſiue præpara- ca.2.11.12.
toria exercitatio ſecundum Galeni interpretationem erat motus quidã
in menſura intra modum, in qualitate ipſa incitatior, ac celerior, quæ nõ
modò corporis motu, verùm etiam frictionibus, & vnctionibus ſimili-
busque alijs peragebatur, quaúe ad curandam corporis raritatem, cogẽ-
damúe laxitatem, vt plurimùm poſt venerem vtebantur, quamuis etiam
interdum vterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium
athletarum fuiſſe ſcribit Galenus, nę ab immodica quiete ad magnũ mo 3.de tu.va.
B tum périnde ac a contrario ad contrarium abſque medio ſubitus fieret cap.8.
tranſitus, Α'ποθεραπευτικὴ exercitatio alia vt pars exercitationis, alia vt 2.de tu.ua.
ſpecies a Galeno ponitur, atque vtraque erat motus quidam quantitate cap.3.
mediocris, tardus, & citra valentiorem nixum ſubinde quietem interpo 3.de tu.va.
nens, modò frictionibus, modò ambulationibus, alijsque huiuſcemodi cap.12.
motibus factus, qui tum emolliendis exiccatis a nimio labore corpori-
bus, tum laxandis meatibus poſt grauiores exercitationes, poſt vigilias,
poſt mœrores inſeruiebãt; & próinde hic motus a Galeno extrema exer
citationis pars nominatus reperitur, quoniam ferè ſemper poſt magnas 2.ď tu.va.
exercitationes, ne ad contrariam quietem illico tranſgrederentur, ipſam cap.12.
adhibebant, vt potè qui ob tarditatem, & frequentem interpoſitã quie-
tum medium inter exercitationem validam, & conſumatam quietem te
neret. Porrò exercitatio ſimplex apud medicos gymnaſtas multas diffe-
rentias habuiſſe legitur, aliàs ab extrinſecis, aliàs ab vtendi rationibus; 2.ď tu.va.
aliàs a motus ipſius tum quantitate, tum qualitatibus deſumptas: quæ cap.8.
C ab extrinſecis accipiebantur, plerumque a loco nomen ſortiebantur, qñ
vel ſub dio, vel ſub tecto, vel in mixta vmbra, quam *ὑποσυμμιγῆ* Græci
vocant, exercitatio peragebatur: item quando aut locus erat calens, aut
frigidus, aut media temperie, & prçterea aut plane ſiccus, aut humidus,
aut medio modo attemperatus. Differentiæ ab vtendi rationibus accep-
tæ huiuſmodi extiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut inter-
miſſus, & ſi continuus æqualis, vel inæqualis; ſin intermiſſus aut certo
ordine, aut citra ordinem; præterea vel ſine puluere fiebat, vel cum pul-
uere, atq; eo aliàs multo, aliàs modico; ſimiliter agebatur vel ſine oleo,
atque ipſo aliàs exiguo, aliàs multo. Quæ autem ab ipſius motus quanti
tatibus acceptę inueniuntur differentiæ, tales ſunt, ꝙ vel exercitationes
multo tempore durabant, & multæ dicebantur, vel breui, vel mediocri,

atque paucæ & mediocres vocabantur. Differentiæ a motus quantitatibus deſumptæ illæ quoque fuerunt, quæ a vi motrice accipiebantur; nã ſi vis magna erat, magna exercitatio, ſin parua, parua, ſin mediocris, mediocris appellabatur. Porrò a qualitatibus ita differẽtias a Galeno captas
2. de tu. va. inuenio, quòd aut in breui tempore multum ſpatij metiebatur exercita
cap. 8. & tione, ſiue breue ſpatium ſæpius in modico tempore terebatur, atq; hæc
cap. 10. exercitatio celer, acuta, & velox nuncupabatur, qualis curſus, vmbratilis pugna, achrochiriſmus, luſus paruæ pilæ, & coryci, ἐκπλεθρίζειν πιτυλίζειν, & quę in palæſtris actitabantur humi circũ volutationes; aut multum temporis in breui ſpatio inſumebatur, tardaq; & lenta exercitatio talis motus nominabatur, vt lenta ambulatio, vectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre ſpatium, ſiue breue pluries mouendo peragebatur, ſicque mediocris exercitatio euadebat: præterea magnarũ alia præter vim celeritatem quoq; adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον ideſt vehemens, robuſtaque exercitatio dicebatur, vt celeriter fodere, di E
ſcum mittere, ſine intermiſſione ſaltare, graue telum iaculari, continuatis quàm maximè ictibus, nec non graui armatura celeriter agittari; alia ſine velocitate fiebat, & ἔυτονον γυμνάσιον ideſt valens exercitatio vocabatur, ſicuti fodere, p accliuia ambulare, quatuor equos habenis ſimul coercere, funem manibus apprehenſam ſcandere, halteres, omneſq; Milonis exercitationes; quòd enim vehemens, & valẽs exercitatio commu
ni nomine magna diceretur, ex his intelligi licet, quæ Galenus ſexto po-
6. 1. aph. 6 pularium morborũ ſcripta reliquit, vbi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnã vocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali velocitate fiebat, & remiſſa ſiue ἔκλυτος vocabatur, alia ſine vlla celeritate, & ἄμυδρος ſiue languida at imbecillis dicebatur; ex quibus duobus generibus erant vectationes in ſellis, lecticis, nauibus piſcatorijs, & ſimiles geſtationes; alia neque vehemens, valens, remiſſa, languida, ſed harum omnium media erat, mediaq; & mediocris appellabatur, quales moderatæ equitationes, & moderatæ ambulationes. Repetentes igitur F
has, & tot fuiſſe exercitationum differentias dicimus, præuiam, apotherapeuticam, & ſimplicem; ſimplicium alia ſub dio agebatur, alia ſub tecto, alia in mixta vmbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido alia in ſicco, alia in horum medio; præterea aut erat perpetua, aſſiduaq; & vel æqualis, vel inæqualis, aut intermiſſa, & vel inordinata, vel ordinata, aut cum puluere multo, vel exiguo, aut ſine puluere, aut cũ oleo modico, vel multo, aut ſine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut velox, celer, & acuta, aut tarda, & lẽta, aut mediocris, aut magna, & ſiue vehemens, robuſtaque, ſiue valens, aut parua, & vel remiſſa, vel languida, & imbecillis, aut media. Superſunt modò dubitationes duæ ſoluendę ex dictis noſtris ſubortæ, prima eſt, quòd exercitationum differentias partientes

A tientes aliam vehemẽtem, aliam remiſſam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertiſſime ſcriptum reliquerit non omnem motum eſſe exercitationem, ſed vehementiorem. Secunda eſt, ꝙ inter cæteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem ſimpliciter, ſed exercitationem ſimul & opus eſſe iudicauit. Primæ dubitationi facilè reſpondetur exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuiſſe partitam, Galenum verò non hanc motũ vehementem eſſe diffiniuiſſe, ſed potius exercitationem propriè vocatã; & propterea nullo modo ſententia noſtra illius ſententiæ repugnare videtur, ſed ſi quis adhuc a nobis ſciſcitaretur, nũquid exercitatio propria vllas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiuſcemodi, huic ita ſatisfactum iri volumus, exercitationem propriam, quamquam ex ſe vehemens motus ſemper exiſtat, nihilominus alteram alteri, atque etiã ſibi comparatam modò paruam, modò magnam, modò debilem, modò B robuſtam nuncupari. Nam luſus pilæ magnæ, & lucta ſunt propriè exercitationes, quæ ſi aliàs remiſſius, aliàs intenſius ab eodem agantur, nunc magnæ & intenſæ, nunc paruæ & remiſſæ vocabantur, pariter hæ eædẽ exercitationes iuueni non admodum valido magnæ, & vehemẽtes erũt, ſi laborioſe fiant, at in robuſto athleta reſpectu habito paruæ & remiſſæ apparebunt. Pro ſecundæ dubitationis ſolutione dicimus proprium rerum characterem vt plurimum a finibus donari, & proinde eaſdem res prout varijs finibus aguntur, varios characteres, variaque nomina obtinere, ſi enim temperaturas corporum humanorum gratia tantùm ſciendi quis contempletur, ſciens & philoſophus naturalis vocabitur, ſin gratia eas vel conſeruandi, vel corrigendi ſpeculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum eſt de foſſione, cuius finis ſi ſit terræ cultura, & fructus perceptio opus ꝓculdubio, & labor ipſa vocanda erit, ſed ſi finis dũmtaxat exiſtat corpora ad valetudinem exercere profectò exercitatio vocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando C inter exercitationes aliàs fodere recenſuimus; & quod de foſſione diximus, idem quoque de ſimilibus, quæ opera videntur intelligi debere volumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere ſolebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noſter Galenus de ſeipſo refert aliquando hieme in agro deprehenſum eſſe, dũ ligna finderet, hordeumúe in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dũmtaxat corporis gratia faceret, quæ opera quotidie agreſtes agere ſolent. Hoc idem Martialis poeta factitare ſe ſolitum fuiſſe hiſce carminibus inſinuat.

2. de tu. va. cap. 2. & 2. aph. cõ. 16.

2. d tu. val. cap. 8.

Rure morans quid agam, reſpondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos poſt, arua reuiſo,
Partibus atq; meis iuſtos indico labores,

Inde lego, Phœbumq́, cio, muſamq́, lacesſo, D
Hinc oleo corpus frico; molliq́, palæſtra
Stringo libens animo gaudens ac fœnore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo cœno quieſco
Dum paruus lychnus modicum conſumit oliui
Hæc dat nocturnis mox lucubrata camænis,

Vnde patet multa alio fine opera, alio exercitationes vocari, & ob id nõ ignoranter foſsionem a nobis atq; etiam a Galeno & Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia tranſeamus.

De corporum morborum & ſanitatis generibus. *Cap. VI.*

POſtquam aduerſus malè de exercitationibus opinãtes diſputando neque omnia corpora hominum exercenda, neq; omnibus interdicendas exercitationes eſſe demonſtrauimus E æquũ eſt iam, quæ corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera eſſe traduntur ægra, neutra, & ſana; quorum tametſi multæ factæ ſint ſpecies atque differentiæ nos tamen qui aliud intendimus, ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus; ea ſcilicet quæ præſenti valetudine fruuntur, atque operationes illæſas habent, licet alioqui nec perfectè ſana, nec vndequaque temperata videantur; ea, quæ infirma ſunt, ac vel iam decumbunt, vel ita operationes ſenſibiliter offenſas habent, vt nullo modo opera ſanorum obire valeant; ea quæ veluti inter vtraque hæc media poſita ab auctoribus medicinæ valetudinaria nuncupantur, quæúe nec prorſus ægra, nec omnino ſana noſtris ſenſibus apparent. His itaque ſic conſtitutis tertium aliud animaduerſione dignum ſuccedit quòd tria quoque extant morborum genera primum in intemperie poſitum, ſecundum in mala formatione, tertium in continuitatis ſolutione. Morbus in intemperie oritur quando totum corpus (ſub nomine corporis intelligo & humores & ſpiritus & membra ſolida) ſiue illius pars aliqua aut immoderatè calefit, aut frigefit, aut F humectatur, aut exiccatur, vel ſimul frigefit, & exiccatur, vel frigefit, atque humectatur, vel calefit & humectatur, vel calefit atq; exiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem vocarunt medici; quam aliàs ſimplicem, aliàs cum humorum affluxu nuncupaſſe reperiuntur; ſub appellatione ſimplicis eam intelligentes, quæ ſuapte natura citra alterius affectionis ſocietatem corpus interturbat; ſub nomine verò intemperiei cum affluxu nihil aliud inſinuantes, niſi intemperiem, quæ & ex ſe, & vnà cũm affectione ab humoribus oriente, vt potè inflammatione, tumoreúe aliquo corporis operationes lædit, & ſanitatis ſtatum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur

A neratur, quotieſcunq; corpus, ſeu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iuſto numero, aut conueniente ſitu. Morbus in ſolutione continuitatis efficitur, quãdo pars aliqua, ſeu aliquod corporis membrum a natura vnum factum diuiſionem patitur, ſiue talis diuiſio intrinſecus ſiue extrinſecus proficiſcatur. Tot itidẽ modis ſanitas morbo contraria conſtat, nimirum quæ in temperie, in optima formatione, in vnitate partium, eſſentiam atque conſiſtentiam propriam obtineat. Nam de ſingulis iſtis τύπῳ ac in vniuerſum ſermonẽ habuiſſe ſufficit, quum illi, qui hæc lecturi ſunt, ſi magis exquiſitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perſcrutari queant, neque a nobis hæc diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs ſtudentes extra propoſitos limites nimis diuagari non poſſumus, ſed iam quæ ex antedictis corpora exercitari conueniant, examinari cogimur.

B *An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat.* *Cap. VII.*

Dubitatum fuit antiquiſſimis vſque temporibus, an ſicuti corpora ſana, ac valetudinaria tum ad augẽdam, confirmandam, conſeruandamque valetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque ægra corpora aliquo pacto exerceri valerent, quò tam ad leniendas ęgritudinum moleſtias, q̃ ad recuperandam ſanitatem vti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere aſſeuerarunt primus extitit Petronas, deinde Prodicus ſiue Herodicus, qui curſibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate vehementer damnati. Petronam imitatus poſterioribus ſæculis Aſclepiades vt hominum fauorem aucuparetur, non modò languentibus varias exercitationes ad voluptatem potius quàm ad ſanitatem ſpectãtes indulgebat, verumetiam (quod elegantiſſimè ſcripſit Celſus) cubantis quoque luxuriæ ſubſcribebat, vt 6.Epid.
C non ſine magna ratione Plinius deinde Aſclepiadem iucundum curandi modum calluiſſe prædicauerit. Qui præter hos ſimili ſententię hęrere maluerũt, Aeſculapium dixerunt ita vocatũ παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας. i. q; ægrotos ſuauiter exerceret, quandò prius ἤπιος vocabat, Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem ægrotum exercẽdum eſſe, ſed cunctos in quiete contineri debere aſſeruerunt; Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius & Auicenna quemadmodum ab omnibus ægris non ſimpliciter exercitationes amoueri voluerunt, ita nec ijs placuit quoſcunq; quouis motus genere exercitari, ſed, & in ægris ipſis, & in exercitationibus eligendis magnam diſtinctionem, & curam habendam iuſſerunt; vt quod morboſum corpus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne vllas parturbationes, motionesúe ſuſtineat,

optimè pernoſcatur, Quocirca ſecundum iſtos corpora,quæ immodica D
intemperie calida laborant,nullis vehementibus,remiſſisúe exercitatio
nibus accommodantur,ꝙ calor qui diminui debet, ab illis potius augu
5.de tu.va. cap.11. mentum ſuſcipit,quemadmodum Galen. de Primigene ſumma calidi-
tate laborante narrat,qui nedum, a vehementioribus exercitationibus,
immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
magnopere lædebatur vnde meritò condemnandus eſt Aſclepiades Pru
Li. 2.c. 14. ſienſis,qui in ardentibus febribus referente Celſo geſtationibus vteba-
tur,in alijs uerò febribus,& morbis medicamenta,ac uomitiones ſuſtol
lens inedia,ſiti,uigilia,luce primis diebus ægrotantes inſtar tortoris ex-
cruciabat,alijs autem diebus ambulationibus,geſtationibus,balneis,le-
Inprohem. lib. chro- ni.pal. ctulisq́; penſilibus exercebat, In his etenim Galeni & Antylli ſententia
extat acuta febre laborantes ab omni motu cauẽdos, in longis febribus,
atque morbis(quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum offi-
cio tranſmittendos, vt refert Cælius Aurelianus, falsò crediderunt)vbi E
acceſſio vrget, nullo pacto exercendos,at in interuallis decubitum non
ſemper cõferre,immo aliquando vtiles eſſe motiones, exercitationesq́;,
Cap.16. quod innuiſſe Hippocratem arbitror,dum in ſeptimo epidemiorum di-
cebat aliquos inueniri infirmos,qui ne penitus torpeant,a lecto expel-
lendi ſunt;quòd item innuere voluit Ariſtoteles libro moralium Nicho
machiorum decimo, vbi ſcripſit febricitantibus in vniuerſum diætam,
atque inediam conferre,alicui tamen fortè non ita conducere, Qui præ-
terea corpus aridum,ac inſigniter exiccatum habent, ſi exerceantur,ari-
diores euadunt,& ideo illis quies apprimè congruit,quam humectandi
vim poſſidere nemo ignorat quamúe Hippocrates dum calidis naturis
cõuenire ſcribit,nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
Loco citato. re Galeno quamlibet motus ſed vehementioris tantum ceſſationem, ſi-
cuti nos hic de ſiccis corporibus intelligimus, quæ geſtationibus,& ve-
ctationibus aliquibus,at nõ magnis motibus exerceri poſſunt,dummo- F
do vires permittant, exercitationesque moderatæ ſint; alioqui ſicut ex
moderato motu calor exurgit, excitaturq́;, necnon humores paulatim
euaneſcunt; pariter ex immodico calor infirmus extinguitur,humidita
tesúe magis diffundũtur. Corpora item calida,& ſicca immoderate nul
lis exercitationibus aptantur,minus quoque calida & humida, nempe
quæ grauiori quàm cętera morbo ſubijciantur,maioriúe cura opus ha-
beant; Frigida porrò ſimulq́; ſicca corpora vel nullis exercitationibus,
vel minimis & valde remiſſis exerceri debent,cùm ſemper præter morbi
peculiarem afflictionem imbecilles vires habeant, atquehæc omnia di-
cta intelligantur de illis ægrotis dũmtaxat,qui vniuerſum corpus intem
peratum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte mẽbroúe, aut
in pluribus intemperiem patiatur,repeririq́; poſſit modus, quo partes
ſanæ

A ſanæ citra ægrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic ægroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quæ ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſequentia quadam auxilium pręſtet. Colligentes igitur dicimus nullũ corpus intemperie quauis laborans magna & vehemẽti exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguæ, & valde moderatæ auxilium afferant interdum: quales verò exercitationes ſint illæ, & qualibus in morbis, atque corporibus vnaqueque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, vbi particulares ſingularium exercitationũ facultates vberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili propè via determinari debet, modò illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (vt ita dicam) ortum duxerint. Hæc etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, vt in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercita-

B tionibus vtilitatem capiunt, nempe quæ & contorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta inanire, & inanita explere & obſtructa aperire queant. Ad hæc morbos in quantitate genitos non rarò exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem vniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quàm exercitationes vehementes, & veloces ieiunis adhibitæ quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus, hoc nanq; *Lib. de ſal. diæta.*
remedio Nicomachum ſmyrnæum, qui adeo craſſitiæ creuerat, vt neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet ab Aeſculapio curatum eſſe mihi veriſimile apparet; ſimili modo extenuata, & gracilia *In. 6. epid. cõ. 3. Aphoriſ. 2.*
corpora nihil æque ad carnoſum, & bonũ habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quæ concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, *Galen. de dfijs morborũ. c. 9.*
vt nutrimentum perbelle diſtribuatur, ſicq; macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acquirant: ita ſanè ſe multos & toto corpore, & cruribus extenuatos curaſſe gloriatur Galenus, ſicut item *In. 6. epid. com 3.*

C Germanicum, a tenuitate crurum equitationis beneficio, liberatũ aliàs diximus. Corpora ſubinde, a morbo in numero correpta, ſiue is ſuper fluus, ſiue mãcus ſit, exercitationes ex ſe minime recuſant, & tunc præſertim quando ſimilis morbus haud eſt innatus, veluti in lapillis renũ, *Secũdo de tempe. 3. & 6. de tu. va*
qui ex vehementi motu concuſſioneque ab anguſtis renum vijs ad latiores, tandemque ad ipſam veſicam deſcendentes magnas ægrotis moleſtias adimunt. Corpora verò ægritudine in ſitu laborantia, modò nõ ab ortu, nullum ferè exercitationis genus admittunt, quòd membra dum proprium locum, atque ſitum amiſerunt, non modò reponenda ſunt in propriam ſedem, verumetiam poſtquam repoſita fuerũt, tamdiu ab omni motus genere arcenda, quoad optimè confirmata priſtinum habitum repararint, alioqui ſi mouerentur, maiori nocumento afficerentur; quo

ſit, vt hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant, atque hæc de ſecundo morborum genere mala formatione. ſ. laborãtibus corporibus dicta ſufficiant. Remanent corpora tertio genere morborũ continuitatis videlicet ſolutione correpta, quæ ſolutio vel in cute, vel in carne, vel in oſſibus, vel in neruis ac huiuſce generis ſimilibus cõtingere ſolet, atque modò ſola, modò febribus aſſociata; vbi corpus aliquam ex his ſolutionem febri aſſociatam habet, nullo modo exerceri debet, quando quidem ſi rarò febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient vbi alijs morbis turbabuntur? Quòd ſi citra febrem ſola continui ſolutio adſit, eaque ſit in parte nobili, atque vitæ maximè neceſſaria, veluti cerebro, ventriculo, iecore, ac ſimilibus, ꝓculdubio exercitationes quæuis maximè nocent, nempe quæ & ſpiritus parti affectæ neceſſarios valdè diſtrahant, & humores omnes tunc agitent, quãdo firmos & quietos eſſe cõueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudeſceret. Alia membra ignobiliora ſi patiantur continuitatis diuiſionem, poterunt ægri mediocriter exerceri, modò nec inſignis ſit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac ægritudine capti, qui non paruam vtilitatem a moderatis, immoderatiſque exercitationibus percipiunt, quales ſcabioſi, quorum cutis cũ ab humoribus ſalſis & acutis diſcindatur, ex motu vehementi efficitur, vt humores illi tam per ſudorem, quàm per occultam tranſpirationem euacuentur, atque ipſis euacuatis a morbo liberentur. Quam ob rem acri iuditio diligentiq́ue animaduerſione in his omnibus opus eſt, quò optimè cognoſcatur in quibus morboſis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita ſemper præ oculis vniuerſali hac ratione, cuius ductu rariſſime contingunt errata, poſſuntq́ue particularia ita dirrigi, vt nunquam loco auxiliorum damna ſuccedant.

D

E

De corporibus valetudinarijs, & ſenilibus exercendis. *Cap. VIII.* F

QVamuis apud medicos (vt ſupra diximus) inter corpora ægra atque ſana reponantur neutra, illaque in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad noſtram tractationem pertinent, eorum loco valetudinaria ſtatuemus, cum quibus comprehendi volumus tum omnes illos, qui recenter a morbis, ac decubitu euaſerunt, nec dum perfectè antiquum habitum recuperarunt, tum ſenes pleroſq́ue, nempe quos Galenus eodem modo, quo valetudinarios, curari debere præcepit; nec abſque ratione, ſi quidem ſenectus, auctore Ariſtotele, eſt quidã naturalis morbus; vnde qui ſunt ætate graues eam regiminis formam, ac viuendi rationẽ ſuſtinere nequeũt, quam ſani perferunt. Ergo valetudinarij illi, qui mox a morbis euaſerũt

5. de tu. va. cap. 11. & in arte parua cap. vlt. 5. de gener. aĩal. ca. 4.

inter.

A inter cætera remedia pro integra valetudine ſibi ipſis accommodata præcipua eſt corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorũ reliquiæ inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus reſtituitur. Eſt tamen omne ſtudium adhibendum, vt a principio lenes, breues, tardi, ac remiſſi motus exiſtant, deinceps, prout vires magis inualeſcunt, ſimiliter & magnitudo ac longitudo exercitationis augeatur, tãdemque in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum ſemper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum tranſitum maiora errata committantur, & pro virium reſtitutione imbecillitas maior, ſiue proſtratio ſuccedat; proinde meritò damnandus venit Auerroes qui morboſa corpora quotidie exercenda eſſe vſq; ad ſudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis liberè cõſuluit; ita enim vehemens exercitatio tantùm abeſt vt valetudinarijs, ſiue morboſis (quemadmodum ipſe vocat) vllum effatu dignum beneficium præſtet, vt potius vires adhuc debiles magis conſternet caloremque natiuũ ex morbo vix reuiuiſcentem ferè extinguat, aut ſaltem inſignitet hæbetet, ſi quidem bonus eſt in conualeſcentibus, ſed exiguus (vt ſcribit Galenus) ſanguis, atque vnà cum ipſo ſpiritus vitalis, & animalis; ipſæ verò particulæ ſolidæ ſicciores, & conſequenter eorum vires ſunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus vniuerſum frigidius, vnde ad emendandam huiuſcemodi indiſpoſitionem neceſſaria ſunt quæcunque probum atque ſecurum exhibent alimentum; & præter hæc moderati motus, quales vehicula, ambulationes lenes; non vehementes motus, qui ſicuti ſolidas partes areſactas ſicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & vires imbecillas conſumunt. Cæterum ſenes, quorum ætas plurimã ob caloris defectum excrementorum copiam acceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tũ ad expurganda huiuſcemodi recrementa, tũ ẽt ad conſeruandũ atq; placidi cuiuſdam venti inſtar excitandum, accendendumúe calorem, qui ſecus nimio torpore extingui periclitaretur. 6.collec. cap.6. B In arte parua.cap.vlt.

C Attamen in præſcribendis ſenum exercitationibus quattuor attendi poſtulãt, vires, corporis affectus, conſuetudo, & vitia particularia, quæ plerunq; ſenum corpora infeſtare ſolent: ratione virium, quas ſenes ſemper imbecilliores habent, acutas exercitationes, vehementes, & multas, quæ corpus ſiccant, tenuant, & infirmant, maximopere cauere debent, ſequi verò mitiores, quales geſtatio, ac intra laſſitudinem inambulatio; Prodicus enim qui valetudinis ſtudioſiſſimus extitit, & ob id (Ariſtotele auctore) ea omnia, quibus cęteri cum voluptate vtuntur, recuſauit, iam ingraueſcente ætate quotidiè ſolúm (vt refert Plato in Phædro) a domo ad muri extremum, quod duobus ſtadijs ab Athenis producebatur, & inde rurſum ad domum ambulabat ratus, atque expertus illud exercitationis genus prouectis abunde ſufficere; Antiochus etiam medicus an- 1. Rhe.c.5

nos

nos natus pluſquam octoginta quotidie ferè, vt ſcribit Galenus, a domo ad forum ſtadiorum trium ſpatio, atque interim longa via ad viſendos ægrotos pedibus ambulare ſolebat; ad hæc narrat, Plinius ſecundus Spurinã virum in viuendo maximè prouidum, quíue, aurium, & oculorum vigore integro, nec non agili ac viuido corpore, ſeptuageſimũ ſeptimum annum attigit, hanc regulam conſtantiſſime ſeruaſſe, vt mane lectulo cõtineret, hora ſecunda indueretur ambularetq́; millia paſſuum tria, mox legeret, vel colloqueretur, deinde conſideret, tum vehiculum aſcẽderet, peractisq́; ita ſeptem millibus paſſuum iterum ambularet mille, iterum reſideret, vel ſe cubiculo, aut ſtylo redderet, vbi hora balinei nunciata foret, quæ erat hyeme nona, eſtate octaua, in Sole, ſi caruiſſet vento, ambularet nudus, deinde pila moueretur vehementer, & diu poſt modum lotus accubaret, & pauliſper cibum differret; Ob totius corporis affectum exercitationes ſenũ in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi ſtatus, ſicut in iuuentute ad vehementiſſimos quoſque labores idoneum maxime eſt, ita in ſenecta ſe habet ad omnes mediocres; qui verò ſenes aut craſſis ſunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus vltra quod par eſt, gracilibus, aut quorum corpus exiguo eſt thorace, aut admodum anguſto, aut valgum eſt, varumúe, aut alio quouis pacto, a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptũ redditur, quæ vitioſa mẽbra magis oſtendere, quàm iuuare poſſunt, vt vociferatio thoracem, ambulatio crura, & ſimiliter: Iam verò conſuetudo maximam ſibi vendicat partem ad exercitationis ſpeciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos qui ſoliti ſunt labores ferre, & ſi fuerint imbecilles, vel ſenes non conſuetis, fortibus, atque iuuenibus ſolitos facilius ferre, nam ſicuti cõſueta minime laſſant, quos exercẽt, immo etiam delectant, pariter inſueta tum diſplicent, tum laſſant; Senes igitur omnes conſuetis laboribus exercitari debent, ſed tamen vehementia eorum remiſſa, quia ſi corpora ſenilia vigorem, calorem, robur, & omnia deniq́; diminuta habent, iuuentutis reſpectu exercitationes quoque minores requirere rationi conſentaneum eſt; Vltimò vitia corporum ſenilium propria exercitationum ipſis nequaquam conuenientium genus demõſtrabũt, quæ enim ex leui cauſa, a vertigine, comitiali morbo, graui ophtalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare neceſſe eſt, ſimiliter & in omnibus alijs affectibus, non ſolùm ſenes, verùm & cuiuſque ætatis homines ita ſe gerere debent, vt ijs exercitationibus ſedulo abſtineant, quæ patientes partes magis exercere & perturbare natæ ſunt, Sic itaq; de valetudinarijs, ac ſenilibus corporibus exercendis ſtatuendum erit.

A *De corporibus ſanis exercendis.* *Cap. IX.*

QVicunque corporis exercitationes ſanitati inutiles minimè reputarunt omnes in ſanis eas præ cæteris commendandas eſſe dixerunt, tanq̃ neceſſarium propè exiſtat, ſi exercitationes ab bonum habitum comparandum, atque valetudinem conſeruandam non ignobile auxilium præſtat, quòd in ſanis maxime adiumentum oſtendere poſſint. Hoc tamen verum eſt, antiquos medicos multas ſanorum corporum differentias effeciſſe, inter quas primũ locum obtinet corpus illud perfecta ſanitate præditum, quod menſura, & regula cæteris poſitum fuit, potiusque mente deſignari, quàm in vlla regione re ipſa inueniri poteſt, & ſi Galenus multa corpora temperata in ſua regione inueniri memoriæ prodiderit. De tali namque corpore nullibi exiſtente ſermonem non ſum habiturus, ſed de illis tantùm agã, quæ ita præſente ſanitate fruuntur, vt valeant ſine vlla moleſtia cunctas illas actiones obire, quæ communiter ab omnibus exercentur; quum.n. medicus artifex ſenſilium rerum exiſtat, quæ ſenſui ſeſe produnt, & non quæ ſola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Hæc itaque corpora ſana, quoniam quotidie comedunt atq; nutriũtur, neceſſariò multa excrementa generant, quæ niſi continuò a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas diſpoſitiones ingenerant; vnde prudẽter ſcripſit Galenus hominem, ſi vtatur mediocri exercitatione, & bene concoquat corpus a ſuperfluitatibus mundum reddere. Verum enim vero in ſanis quoque plurima conſideratione digna ſeſe offerunt tam ex parte exercitationum, quàm ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationũ ſciri debet nullam exercitationem, nec violentam, neque immodicam eſſe debere vt in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes foſſorum, & meſſorum nemini ferè eorum conueniunt, qui proſpera valetudine fruuntur; celeres motus, & vehementes in robuſtis commendantur, qualis lucta, diſcus, pila, & huiuſmodi, eo magis ſi conſueti fuerint; moderati omnes quibus vis ferè aptantur. Porrò ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, conſuetudini, ætati, habitui vniuerſali corporis, & particulari rationi viuendi, necnon temperaturæ. De conſuetudine ſæpius diximus etiam in omnibus obſeruari debere, ſi quidem quæ conſuetæ ſunt exercitationes, licet ſint aut nimis vehementes, aut nimis remiſſæ, inaſſuetis maiorem vtilitatem, atque delectationem pariunt; at ſi quis vel minus, vel plus quàm conſueuit interdum exerceatur, protinus moleſtia euidẽter afficitur, ita vt non rarò febres hac ratione contingere ſcripſerit Galenus dum exercitationes conſuetæ dimittuntur. Quod verò ad ætatem pertinet iam diximus prouectos, & ſenes remiſſiores quàm cæteros, & pauciores exercitationes

Margin notes: 1. de tu. ua. cap. 7. — B — 6. aph. 18. — C — Lib. de cauſis mor. c. 1. — 1. de diff. feb. c. 2.

citationes poſcere;pueri,iuuenes,atque viri motibus ferè omnibus pro D
ſua quiſque ætate ſufficiunt, modò aliud quid non prohibeat, aut mo
dum corporibus priuatorum,& non athletarum conuenientem mini-
mè exercitationes tranſcendant. De vniuerſali autem corporis habi-
tu ſic determinandum cenſeo, quod pingues, & obeſi quanto magis
3. de parti-bus aīaliū cap.9. exerceantur, tanto proſperiore ſanitate vtuntur, quando dicebat Ari-
ſtoteles, a motu pinguedinem eliquari; quòd ſi etiam exercitationes
ſint vehementes, atque acutæ, nihil omnino nocebunt. Nam Hip-
14 Meth. cap.15. pocrates corpulentorum itinera velocia debere eſſe voluit,quin etiam
Galenus inter cętera,quæ ad extenuādum virum illum obeſum quadra-
ginta annis natum adminiſtrauit,ſe curſum velocē adhibuiſſe teſtatur.
Contrà Graciles in conſummata ferè quiete detineri poſtulant, quia ſi-
lib. de ſal. dieta. cuti corpulenti & craſſi contrarias habitudines ex contrarijs ortas ha-
bent, ita contraria pro ipſorum ſalute expoſcere videntur, alioqui ma-
10.aph. gnopere læduntur;ſiq; aliqui ſunt, quibus exercitatio prodeſſe iudice- E
1.de tu.va. tur ,ij proculdubio pauca, & valde remiſſa opus habent,vnde ſapientiſ
de ſal.dięta aph.10. ſimus Hippocrates ſumma ratione iuſſit, vt graciles iter facturi lentis
paſſibus peragant,quos item Mangones & Medici craſſefacere volentes,
virgis verberabant,vt caro eleuaretur,& ad eam alimentum traheretur.
Qui verò inter pingues,& graciles, vel εὐσαρκοι ſiue quadrati,vel parū
ad alteram partem declinantes exiſtunt,ſi mediocriter, aut etiam vehe-
menter,modò non immodice exerceantur,vtilitatē inſignem percipiūt;
nimirum cum eorum calor ita magis conſeruetur,ſuperfluitateſúe,quo
tidianæ exhauriantur. De particulari membrorū habitu idem dicendū,
craſſas ſcilicet partes magis exercendas,tenues minus,niſi earum tenui-
tas ex nutrimenti diſtributione impedita,vel defectu proficiſcatur, quo
in caſu,& exercitatio conuenit,& genus illud vnguenti,etiam pilis auel
lendis a medicis excogitatum, Dropax vocatum de quo Martialis lib.3.

Pſilothro faciemq́, lauas,& dropace caluam
Nunquid tonſorem Gargiliane times? & lib.2. F
Læuis dropace tu quotidiano,
Hirſutis ego cruribus,geniſq́,

Pariter,& partes omnes corporis mediæ inter graciles,& craſſas exercen
dæ ſunt.In ratione viuendi hoc inſuper animaduerti debet, vt qui parū
comedunt parum exerceantur iuxta Hippocratis legem, vbi fames labo
2.aph. randum non eſt;qui item vigilant ab exercitationibus arcendi,ne magis
exiccentur,neúe moleſtiæ moleſtia maior ſupperadatur,contrà qui mul
tum comedunt,multum exerceri debent, quoniam dicebat Hippocra-
tes,non poteſt homo comedens ſanus viuere,niſi laboret, in talibus.n.
opus eſt multo calore,vt multum concoquant,multus calor ab exercita
2.de tu.va. tione,dicebat Galenus,facilè ſuppeditatur,præterea multū manducan-
tes

A tes magnam excrementorum copiam aggenerant, quæ niſi magnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones corpus deducunt: qui ſimiliter multùm, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem iſtis perſpirationes retinentur, atq; adeò ſanguinis copia partes exteriores deſerit, ſubitque interiora, vt adacto cultello non æque effluere valeat, quemadmodum ſcribit Ariſtoteles, & ob id ſomnolenti omnes decolorati euadunt; vnde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, quò perſpirationibus aditus pateſiat, ſanguisúe ad exteriora ſeruanda atque nutreinda reuocetur. Demum ob temperaturæ rationem ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, vt ſicci vel nihil omnino, vel lente ſatis, & minimum laborioſè exerceantur, nã exercitationes, quas ſuapte natura exiccare cõſtat, ſi in ſiccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanæ mentis dubitarit. Calidi quoq; & præſertim acri, ac mordaci calore præditi exercitationes mo B dicas requirunt, ne a motu plus æquo incaleſcant ipſique, vt ſcribit Galenus, ſolę in neceſſarijs actionibus obeundis motiones factę ſufficiunt; vnde Ariſtoteles quærens cur alij ſedendo pingueſiant, alij macreſcant, ideo euenire dicit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi alij non, & qui calidi ſunt, pingueſiunt ſedendo, cùm eorum calor ſine motu cibi concoctioni ſufficiant, ſimiliter. & non excrementoſi. Qui verò excrementis abundat & frigida temperie ſunt, macreſcunt ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur immo creſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit, quando dixit *Ἐνθέρμῳ φύσει ψῦξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν*, videlicet quòd calidis naturis refrigeratio aquæ potus & quies conueniunt; ſimiliter & cum ſcripſit *ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν*, ijs ſcilicet minuendum eſſe & laborem & cibum quos ob calorem C infeſtat ſitis. Ex quo ſimul clarum efficitur frigida corpora vehementer atque multum exercenda eſſe. Porrò an humida ab exercitationibus iuuentur, non immeritò dubitari poſſet, eo quòd Ariſtoteles ſcriptum reliquit corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in vapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant; attamen ratio ſecus perſuadere videtur, quæ demõſtrat humida corpora excrementis abundare & propterea ipſis labores validos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam, vnde ſicuti notat Petrus Apponenſis ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, vt ſint humidi & calidi, vt humiditas ſit multa ſit euaporabilis atque circa pulmonem; tales enim ſi laborent, & multum exerceantur periculum eſt ne humiditas a calore intrinſeco acuto in vapores

3. de hiſto. aïaliũ. c. 19

4. Aph. 15. 6. epid. cõ. 4 aph. 15.

6. partic. Prob. 1.

6. Epid. ſect. 4.

5. partic. prob. 9.

pores conuerſa pulmonis & cordis regionem occupando ſuffocationẽ D inducat; qui ab his humidam corporis temperiem poſſident, nullũ nocumentum, quinimmo egregiam vtilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratione ex mulieribus humida temperie in vniuerſum præditis illæ ſaniorem, & minus moleſtam vitam degunt, quæ diutius, & valentius elaborant exercitanturúe ſicut & eædem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, vt ſcribit Ariſtoteles, neque vterum difficulter gerunt, quum labor ea recrementa conſumat, quæ in mulieribus otioſis, & ſellularijs augent. Quæcunque poſtea corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quæ calida & humida exercitationem admittunt, at moderatam non vehementem non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neque celeres, neque validos motus requirunt, ſed moderatos & potius lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus vehementibus & velocibus E iuuantur nempe quæ ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercitandis in vniuerſum determinatum ſit.

4. de gener. aĩaliũ. c. 6.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*

TAnta eſt locorum vis, atque proprietas, quibus res in ipſis factæ varijs modis diſponuntur, vt non modò plantarum naturæ, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modò brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, verùm & ipſorum hominum corpora, atque animi ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis vel naſcuntur, vel aluntur diuerſis atque mirificis conditionibus afficiantur; qua propter maximis laudibus digni ſunt veteres medici, qui in ſingulis ferè eorum artis operationibus locorum qualitates conſiderandas omni diligentia præcepe F runt. Nam extant loca, atque ragiones, in quibus, ſi ea fiant, quæ in alijs fæliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur; id quod pręcæteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui vel ſanitatis tuẽdæ, vel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorũ corpora exercere intendunt, qui niſi in eligendis opportunis locis valde mentem adhibeant ſæpenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligẽdas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria præcipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, vt ſit ab optimis ventis perſpiratus, & a prauis obtectus, vnde loca ad ſeptentrionem, & orientem, a quibus ſalubriores auræ perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuò præeligenda

A eligenda erunt;illa enim neque immodico calore feruefcunt,neque frigore,& humore ſitus contrahunt,nec pernicioſis vaporationibus, a flatibus adductis inficiuntur,hæc verò præter actum & frigus intenſum, quæ modò vno tempore, modò altero inducuntur inſaluberrimas per ſpirationes ventorum ratione plerunq; patiuntur; ꝙ ſi loca haberi poterunt,quæ ventorum tranquillitate fruantur,quæúe; prorſus temperata ſint,qualem & Hippocratis, & ſuam patriam extitiſſe refert Galenus, proculdubio hæc cunctis præſtabunt, alioqui maximè curandum erit, ne vehementiſſime ſaltem ibi venti ſpirent,quòd corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facilime ventorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea pernicioſos affectus ingenti periculo concipiunt.Atque hac ratione a ventis,& optimo cœli ſitu deſumpta factum puto: vt alij hyemales, alij æſtiuas thermas extruxerint; nam hyemales in tranſtiberina regione Aurelianum Cæſ.feciſſe auctor eſt vopi- 2.de tu.va cap.7.

B ſcus quæ ad meridiẽ expoſitæ ſolis radijs attẽperabanť & proinde hyemalibus exercitationib. valde accõmodatę erant. Aeſtiuas verò ędificaſſe Gordianum Iuniorem ſcribit Iulius Capitolinus,quæ inter Cęliũ montem, & Eſquilias poſitæ opacitatem quandam blandam, & gratiſſimas vmbras exercitantibus ſe præſtabant, Secundum in electione loci conſiderandum eſt,vt ſit apertus, non concluſus,non opacus, quoniam vbi liberior exiſtit aer,minuſq; conſtipatus corpora in ipſo exercitata agiliora,& viuidiora reddunť, quàm ſi in craſſo,denſo,& concluſo exercerentur,atque hinc eſt,quod (vt libro .2. diximus) inter loca deambulationibus deſtinata,Vitruuius & Cornelius Cel. magis hypetron commendarunt,quàm porticus & hypogæum,ſicut & Phædrus apud Platonem In lib.de in dialogo ipſius nomine inſcripto ex ſententia Acumeni medici, cuius dic.au.fac. etiam a Xenophonte celebris fit mentio,deambulationem extra ciuitatem Socrati. factam ei, quæ in ciuitatibus efficitur, prætulit hiſce verbis τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαιους περι-

C πάτους φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, ideſt Meo autem & tuo obediens ſodali Acumeno in vijs ambulationes facio has.n. dixit minorem laſſitudinem parere, quã illas quæ in curſibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum ſupra promiſerimus nos plura dicturos,iam occaſio pollicita ſeruandi opportuna ſeſe offert,eo magis ꝙ Marſilius Ficinus vir alioqui doctiſſimus,dum Phædri ſententiam eſſe credidit vt faciliores ſint ambulationes,quàm curſus,duplicem errorem turpiter commiſit, tum quia textus Græci literam, aut non intellexit aut ſine neceſſitate tranſmutauit,dũ loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde tranſtulit,ac ſi textus habuiſſet τῶν δρόμων, tum quia Phædro, & Acumeno ridiculam prope rem ſe adſcripſiſſe non animaduertit; quis quæſo adeo inſulſus, & ignarus eſt, quin cognoſcat ambulare facilius eſſe, quàm

quàm currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem La- D
tinum fecit, ſententiam illam interpretatus eſt, vt Phædrum effecerit dicere ſalubriores eſſe ambulationes in vijs, quàm in curſibus factas; quod vt accipiendum, atque intelligendum ſit, varias inueni doctorum hominum opiniones; alij namque arbitrati ſunt δρόμους ſiue curſus apud veteres Græcos fuiſſe in vrbibus vias planas, ſed ob lapides ſtratos aſperiuſculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatũ viæ magis frequentatæ curſus nuncupantur, cui opitulari videtur Hippocrates 5. Epid. vbi mentionem cuiuſdam facit qui prope curſum habitabat his verbis ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας idest, qdā prope curſum habitans nocte ſanguinem euomuit ὁδοὺς verò ſiue vias dixerunt fuiſſe quaſcunque vias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus ſtratas, ſed inæquales, minimè planas, & denique tales, quales vel natura vel caſu factæ reperiuntur, atque ideo Acumenum magis E
lib. 1. ca. 2 ambulationem in vijs, quàm in curſibus probaſſe, quoniam ſicuti ſecun
5. partic. Prob. 1. 37. dum Celſum, & ipſo antiquiorem Ariſtotelem fortaſſe Acumenũ in hoc ſecutum τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπώτεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. i. ambulationum illæ minus delaſſant, quæ fiunt in vijs inæqualibus, quàm rectis, quum ambulantes per loca plana, & æqualia ſemper ijſdem membris laborent, ambulantes verò per inæqualia toti corpori laborem magis diſtribuant, & iccirco minus defatigẽtur; ita ambulationes per vias factæ, vt potè inæquales factis in curſibus nimirum æqualibus exiſtentibus faciliores eadem ratione exiſtunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους extitiſſe loca quædam tractu breui ambulationibus dicata ſimilia ijs quæ in palæſtra antiqui ob ambulandi commoditatem ædificabant quæue ἐπιδρομίδας vocatas tradit Vitruuius, & quorum clariſſimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ. i. in ambulacris Academi Dei vmbroſis; vias verò extitiſſe illas, quas paulò antè ex prædictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum rectè ſenſiſſe, dum ambulationes in vijs mi- F
5. partic. Prob. 1. nus, quàm in curſibus defatigare cenſuit, quãdoquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit eos ambulando magis defatigari, qui per vias breues euntes ſæpe ac ſæpius repetere coguntur, quàm illi, qui longas vias perambulantes nunquam repetunt, quum illi priores modò quieſcentes, modò euntes ab inæquali motione perturbentur, quod minus iſtis euenire perſpicuum eſt: hos poſtremos melius cæteris ſenſiſſe ſemper ego putaui, non tantùm quòd ambulatio in vijs peracta eligibilior ſit, quàm in curſibus tum ob rationes prædictas, tum ob liberiorem, & puriorẽ aerẽ qui non in locis breuibus & occluſis, ſed in vijs apertis crebrius infunditur, quantùm quòd curſum ita Platonem in Phædro intelligere veriſi-

milius

A milius eſt, quando & in principio Theæteti ſimili voce in eadem prorſus ſignificatione vti videtur ſub his verbis ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ
ἠλείφοντο ἑταῖροί τέ τινες οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δέ μοι δοκοῦσιν ἀ-
λειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. i. nup enim & ipſe, & iſti eius ſodales in exterio-
ri curſu vncti ſunt. Nunc autem vncti huc accedere mihi videntur, quod
idem innuiſſe videtur Antyllus apud Oribaſium. Atq; hactenus de Pla
tonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis conſiderandum
qui ob ſanitatem conſeruandam atque optimum habitum comparan-
dum corporis exercitationibus operam nauant, eſt, vt omne ſtudiũ adhi
beatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum vlla labes ema
nare valeat, quæ aerem inficiens mox corpora exercitata ſpongiæ inſtar
quiduis recipientia labefactet; talia namque ſolent eſſe loca prope palu-
des, ſtagna, ſpecus, lacus, ſyros, atque huiuſmodi, quæ ſedula, & ingenti
cura ſemper euitare oportet eadem ratione & loca ſecundũ mare ad me
B ridiem aut occidentem ſpectantia fugienda erunt, quoniam Vitruuio lib.1.c.4.
auctore cælum meridianum per æſtatem ſole exoriente caleſcit, meridie
ardet, vnde exercitari ſine magno incommodo nemo ibi poteſt; quòd ſi
ſuperbiſſimæ atque innumeræ illæ porticus ob deambulationes, & alias
exercitationes, vt ſupra retulimus erectæ, ſi ampliſſima illa gymnaſia ad
hoc a maioribus noſtris magnificè exædificata haberẽtur, nullus me her
cle locus aptior inueniri poſſet, qui omnibus ferè exercitationum gene
ribus magis ſufficeret; ſed quoniam illorum ruinas vix nobis intueri li
cet, danda opera erit, vt vnus quiſque locum ſecundum cõditiones iam
explicatas eligat, illud ſemper mente reuoluẽs, quòd tametſi multæ ſint
exercitationes quæ loca anguſta, & occluſa expoſcere videantur, in ijs ta
men haud parum delectum quoque haberi debere: quò ſi non omnes
qualitates, aliquas ſaltem earum, & meliores quas in medium propoſui
mus habeant; vnde ſcitiſſime conſuluit Galenus, vt domus in qua exer- 2.de tu.va.
citandi ſunt homines hyeme calida, æſtate frigida, vel ſemper temperata Cap.7.
C eligatur, ſin minus, procuretur ne ipſo præſertim die calidior frigidior-
úe ſit, quàm publicus totius vrbis aer. Quas omnes prædictas conditio-
nes vno verbo complexus eſſe videtur Aetius Amidenus, vbi geſtationẽ lib.3.c.7.
nauigationem & omnem denique exercitationem in ſalubri loco, & pu
ro aere fieri debere ſcripſit. Aliæ ſimiliter poſſent indicari locorum con
ditiones, nempe inæqualitas ſitus, planities & huiuſmodi; ſed quia par
tim explicatę fuerunt, partim ſuperuacaneæ ſunt, plurimæ ſub prædictis
cõprehẽdũtur huic tractationi de loco finem imponens temporis expli-
cationem aggrediar, vbi prius adnotauero cogi interdum homines ſeſe
in loco a ſole percuſſo exercere, qui magnopere cauere debent ne vnquã
ſedeant, vel quieſcant, ſiquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit ſe exercẽ- 38.partic.
tes ſub ſole magis vri dum ſedent, quàm dum mouentur, quoniam cum prob.6.

In motu ſunt aerem agitant, quaſique ſpiritu ventilantur; cum verò ſe- D
dent, quia aer immotus permanet, vim ſolis acriorem experiuntur.

De tempore exercitationibus apto. *Cap. XI.*

DVo ſunt temporis genera neutralia ita ab auctoribus medicinæ appellata ſine quorum obſeruatione nō modò res ad ſanitatem pertinentes, verùm etiam actiones, atque operationes hominum omnes malè infeliciterq; peraguntur, alterum eſt vniuerſale, ſub quo ver, æſtas, autumnus, & hyems comprehenduntur; alterum particulare, quod ſingulorum dierum horas ſeparatim complectitur, Dixi naturalia ad differentiam accidentalium ſiue contingentium, quæ nō ita perpetuò, & firmo ordine eueniunt ſicut illa, nam tempus auſtrale, aquilonare, boreale, nimis frigidum calidum aut ſiccū, nubilum, ſerenum lucidum, nebuloſum ſunt differentiæ accidentales E
inordinatè, atque contingenter euenientes, de quibus in exercitādis corporibus in hunc modum breuiter ſtatuendum erit, videlicet ſingulas illas temporum conſtitutiones euitandas eſſe, in quibus vehementiſſime venti perſpirant, præſertim quando peſſimi ſunt vt auſtrales, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde lædūtur; ſimiliter quoque fugienda ſunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis ſicca. Nimium enim frigus, quum a calore exercitatorum ſu-
6. partic. perari nequeat, fortius eos afficit, quia auctore Ariſtotele pingue, a labo
prob. 6. ribus conſumptum calorem, & teporem ſeruare non poteſt, amplius corpora motu perſpiratiora, & ſolutiora effecta, meatusque per ſudationem patefacti frigus intima maiore vi penetrare permittunt: accedit etiā quòd ſeſe exercētes aerem cōtinuò permutant, ac permouent, & iccirco
6. partic. vti dicebat Ariſtoteles, currentes hyeme magis vigēt ſtantibus quòd aer
Prob. 12. noſtra ambiens corpora cum ſtamus, vbi ſemel concalefactus eſt, nullā F
amplius moleſtiam infert, cùm autem currimus, alius atque alius ſubinde frigidus occurrit, itaque fit, vt magis vigeamus; pariter qui in extremis frigoribus exercentur, vehementius a rigore percutiuntur: nimius præterea calor exerceri vetat, necnon ſiccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & vniuerſum corpus immoderate reſoluit, altera magis quàm par ſit humiditates exiccat. Tempus item exercitationibus ſerenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum verò nubilum obſcurum, craſſum, quandò ſic aer deprauatus etiam abſq; exercitatione apertos corporis meatus facilè ſubit, humoreſq; ſecum inuehens membris non ſine noxa affigit, & per conſequens grauiora non ſine ratione corpora reddit animumque deinceps grauat, quod in ſereno nuſquam animaduertitur, quin potius illud corpora ad motum adiuuare, ſpiritusq;
ſuapte

A ſuapte natura lucidati amicos confirmare & animum recreare apparet id quod Hippocratem ſignificaſſe puto, vbi dixit ἅμα ταῖς ὥραισιν μετα- lib. de aere
βάλλονται αἱ κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα ventres ſcilicet & ſpiritus tem- aq. & loc.
poris conſtitutionibus commutari. Porrò de naturalibus temporis exercendi generibus varia ab antiquis determinata inuenio, & primò quantum attinet ad vniuerſale tempus Ariſtoteles ex ſententia omnium vete- 2. partic.
rum auctorum cenſuit potius exercenda eſſe humana corpora in æſtate, prob. 21.
quàm in hyeme, ſub nomine hyemis, vt Petrus Apponēſis iudicauit, au- 33. & 42.
tumnū hyemem & ver intelligens; atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quòd in æſtate calor naturalis languidus, ac debilis exiſtens minus cibos, crudoſque humores concoquit, vnde excremēta plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, vt cōcoquat honeſtius, magiſq; ſudor motu proliciendus, quò excrementa illa exinaniantur, neque intus retenta putredinem contrahant. In hyeme
B verò quòd validiore exiſtente natiuo calore, & per conſequens melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa pauciſſima generantur, atque inde minus illa educi neceſſarium eſt, neque exercitatio conuenit, quæ exiguam vtilitatem afferens periculum magnum adnexū habet, ne ſcilicet aer hyeme madore oppletus corpora motu recluſa illabens magnopere lædat. Ex altera parte vetuſtiſſimus auctor Hippocrates ſiue Polybus trium exercitandos homines admonitos voluit, vt laſſi- 3. de dieta.
tudinem omni tempore cauerent, vt deambulationibus matutinis corpus exercerent, vt hyeme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, ceſſantes tamen priuſquam laſſitudinem atque calorem ſentirent;
Hippocratem deinde ſecutus Soranus Epheſius Paulus Ægineta & alij In Iſagoge
medici multi æſtate, & autumno minus; hyeme & vere plus exercendū medicinæ
eſſe maluerunt, iudicantes æſtate atque etiam autumno corpora ab am- cap. 5.
biente ſatis exſiccata, ſqualentiaúe haud amplius per motum areſieri de- Lib. 1. c. 53
bere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis re-
C tundendum minuendumúe; Galenus verò multarum rerum, quas me- 2. de tu. val
dici ſequuntur auctor bonus cenſuiſſe videtur, quòd ſicuti corpora tē- cap. 7.
perata in temperato tempore nēpe vere exerceri poſtulant, ſimili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in ſicco, ſicca in humido exercenda ſint, quaſi ſemper illud obſeruari debeat, vt corporibus ad aliquā intemperiem declinantibus tempus atque locus contraria in
exercendo eligantur. Neque hoc in loco prætermittendum cēſeo, quod lib. 9. epiſt.
Plinius iunior ſcribit de exercitatione æſtatis tempore a ſe fieri ſolita, Epiſt. pen.
vbi a Fuſco interrogatus quomodo diem æſtate in Tuſcis diſpenſaret, in ad fuſcum.
hunc modum reſpondit de exercitationibus. vbi hora quarta vel quinta, neque enim certum dimenſumque tempus, vt dies ſuaſit in xyſtum me vel cryptoporticum confero, reliqua meditor & dicto. Vehiculum

 aſcendo.

„ aſcendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intẽtio mu D
„ tatione ipſa refecta, Paulùm redormio, deinde ambulo, mox orationem
„ Græcam Latinamúe clarè, & intentè non tam vocis cauſa, quàm ſtoma-
„ chi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, vngor, exerceor,
„ lauor, & paulòpoſt. Nonnũquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam
„ ſi diu iacui, vel ambulaui, poſt ſomnum demum lectionemq́ue non vehi-
„ culo, ſed quod breuius, quod velocius, equo geſtor, venor aliquando. In
2. poſterio. & Plut. in lib. de tuẽ. ſan. particulari porrò tempore exercitationis deſcribendo Ariſtoteles aliq̃n
motum eum, qui poſt ſumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc
calor a motu auctus cibum mox ingeſtum facilius concoquat, cuius ta-
men contrarium euenit, quando per motum calor a ventriculo ad vni-
uerſum corporis ambitum retractus non ſolùm non adiuuat concoctio-
nem, quinimmo impedit, crudosq́ue & indigeſtos ſuccos intra venas ra
pit, vnde ſi Ariſtoteles hanc habuit ſententiam, quã etiam ipſi imputat.
Loco citato. Plutarchus in manifeſto errore deprehenditur, tanto magis quod Hip- E
pocrates, Galenus & omnes denique probati medici vno ore pronun-
tiarunt ſemper exercitationem ante cibum eſſe faciendam ὥσπερ γὰρ, di-
lib. de cibbo. & mat. ſucci. cebat Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγιείαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. i. quemadmo-
dum enim ad ſanitatem maximè conducit ante cibum peracta exercita-
tio, ita quiuis motus poſt cibum pernicioſiſſimus exiſtit. Nam dum exer
citatio cibos præcedit, duplex ac vtraque inſignis ſuccedit vtilitas, altera
quòd calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem per
bellè præparatur, altera quòd ſuccos vtiles in vniuerſum corpus, prout
deſtinati ſunt, optimè diſtribuit, excrementis faciliorem exitum præbet
quæ alioqui ſi retineantur obſtructiones ac multos alios morbos retuſo
natiuo calore progignere ſolent. Ex aduerſo ſi poſt cibum quis exercita-
tiones adeat, nedũ vniuerſi corpori habitui innumeræ cruditates infar-
ciuntur, verumetiam vniuerſalis ſuccorum coctio impeditur, id in om-
nibus euenire teſtatus eſt Theophraſtus, vbi, quæ coquuntur, a motu im F
pediri hunc in modum ſcripſit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν
2. de ca. pl. cap. 20. Cel. Aurel. Li. 2. chro. c. 13. & 14 καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi ſunt Eraſiſtratus, at-
que Diocles, qui falſis rationibus decepti ſanguinem excreantes phtiſi-
cos, aliosq́ue plurimos ualetudinarios deambulationibus poſt cibum
exercebant. Tria tamen hoc in loco obſeruanda eſſe iudico, primum eſt,
vt nullus exercitationem moliatur, niſi prius excrementa per nares, os,
aluum, & veſicam expulerit, cum haud tutam eſſe exercitationem non
2. de tu. va. cap. 2. libr. 1. fen 3. doc. 2. c. 3. inanito corpore clament Galenus & Auicenna, & ad hæc etiam heſter-
nus cibus apprimè concoctus ſit; quoniã ſi priùs vel poſteriùs quis exer
citationem adeat, aut crudis humoribus, varijsq́ue recrementis imple-
bitur, aut pallidæ bilis prouentum augebit; cognoſcetur autem cibum
iam

A iam concoctum eſſe,tum ex eructationibus,tum ex vrinis,quæ dum albidiores ſunt,abſtinendum a motu demonſtrant, dum verò ex albidis flauiores euaſerunt,iam tempus exercendi adeſſe indicant;Secundū obſeruandum eſt,ne ſtomacho immodice vacuo ac plane eſuriente labor, vel exercitatio obeatur,quoniam hoc pacto eueniet, vt ingeſtus, cibus, nec dum accomodatus concoctusúe a ſtomacho rabiente & conſequenter à membris valde ſamelicis auide nimis rapiatur, & próinde cruditates,& obſtructiones innumeræ ſuboriant; quod probe intelligens Hippocrates dixit ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον.i.vbi fames, laborandum non eſt. Tertium obſeruandum eſt,ne ſtatim poſt exercitationem cibus aſſumatur,ſed modica interijciatur mora,quouſque feruor remittitur,& agitatio corporis iam ſedata appareat; id quod ſpurinam ſenem in ſanitate cōſeruanda diligentiſſimum obſeruaſſe ſemper auctor eſt Plinius iunior quodúe Galenus & ab Eraſiſtrato,& ab alijs antiquioribus medicis con

2. aph. 16. Auic.lib.1. fen.3.trac. 1.cap.3.

6.epid. 3. 6.Epid. cō.3.aph.2

B firmatum fuiſſe ſcribit: craſſi tamen tenuari ſtudentes excipiendi ſunt, quos Hippocrates ſiue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere conſuluit in libro de ſalubri diæta: Ariſtoteles quoque hòc ideo non eſſe faciundum cenſuit,quoniam corpus ſtatim poſt exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quieſcit, & præterea excrementa citata redundant; vnde nec fames tunc oritur,neque calor cibo coquendo vacare poteſt; ob quod minus etiam exercitati debent ſtatim frigida lauari,aut vinum,vel aquam frigidam potare; a frigida enim lotione hominem lædi metus eſt,vtpotè qui iam ex multa exercitatione, & rarior eſt redditus,& vacuus; vinum ſimiliter caput exercitatis ſtatim exhibitum vehementer ferit,qua ratione illud prorſus euitabant athletæ poſt exercitationes,ſi Galeno credimus: frigidum autem valde quodcunque poſt exercitationes illico aſſumptum ventrem & iecur offendit,nonnullos item neruis oblæſos,atque alios ſubitò mortuos, quòd poſt vehementē exercitationem vinum frigidum valde biberint,refert Galenus. De hora

partic. 5. prob.28 & 30.

3. de ſal. dieta.22.

2.de acutis

C autem diei particulari in qua homines ſani,de quibus ferè tota eſt tractatio exercitationibus corporis valetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum & Auicennam reperio in vere meridianā horam eligendam eſſe,quando aeris ſtatus temperatior exiſtit, in æſtate matutinam,vt diei æſtus, quantùm fieri poteſt euitetur; quam horam in deambulando commendaſſe ſimpliciter viſus eſt Hippocrates,quāue ſemper adamaſſe Alexandrum Macedonum regem apud Plutarchum legimus.Dum is reiectis obſoniorum artificibus longè ſe commodiores ſecum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium,& prandij tenuitatem ad condiendam cęnam dictabat. In autūno & hyeme veſpertinam,niſi vel cibus mane ſumptus, vel quid aliud vetat.Nam cùm hiſce temporibus mane aer frigidior fit, aliæque diei bre-

Li.3.de dię

ues admodum partes in negotijs neceſſarijs conſumãntur, & prætereạ D cibus quãtumuis exiguus mane ſumptus non poſſit niſi veſpere concoctus eſſe, ea ſola hora exercitationibus apta ab antiquis probata eſt; vnde Marcus Antoninus imperator qui omnium valetudinis ſtudioſiſſimus extitit, breuiſſimis diebus, vt refert Galenus, ſole occidente palæſtram (vbi pila, curſu, & pugilatu ſe exercuiſſe puto, quando huiuſcemodi exercitationes ipſi ſummopere placuiſſe, atque in ijs plurimum valuiſſe ſcribit Capitolinus) ingrediebatur longiſſimis autem hora nona, aut ad ſummum decima: Quam horam vnà cum octaua ferè communẽ omnium hominum in exercendis corporibus fuiſſe teſtari videtur Martialis, vbi quomodo Romæ diei horæ diſpenſarentur ad Euphemum ſcribit ita dicens

6. de tu. va. cap. 5.

Lib. 4.

Prima ſalutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia cauſidicos,
In quintam varios extendit Roma labores
Sexta quies laſſis, ſeptima finis erit. E
Sufficit in nonam nitidis octaua palæſtris,
Imperat extructos frangere nona thoros,
Hora libellorum decima eſt Eupheme meorum,
Præparat ambroſias cum tua cura dapes,
Et bonus ætherio laxatur nectare Cæſar,
Ingentiq́, tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos greſſu timet ire licenti,
Ad matutinum noſtra Thalia Iouem

quamuis alios etiam fuiſſe conſtat, qui horam ab octaua diuerſam exercerentur vt de Alexandro Seuero imperatore prudentiſſimo conſtat, de quo ſcribit Lampridius. Quòd ſi neceſſitas cogeret ante lucem actibus operam dabat. Poſt actus publicos ſeu bellicos, ſeu ciuiles lectioni græcæ variorum auctorum operam dabat; poſt lectionem, palęſtræ, aut phęriſtirio, aut curſui, aut luctationibus mollioribus incumbebat, atque inde F vnctus lauabatur, ita vt caldarijs vel nunq̃, vel raro: piſcinis ſemper uteretur, in eaque vna hora propè maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus ad vnum propè ſextarium, Egreſſus balneis multum lactis & panis ſumebat, oua deinde mulſum, atq; his refectus aliquando prãdium inibat, aliquando vſque ad cœnam differebat pranſus eſt tamen ſępius. Horatius quoque paulò diuerſius, & ſe ipſum, & alios libere viuentes in exercitationibus efficere ſolitos atteſtari videtur, vbi poſt multa hæc ſcribit.

Lib. 1. ſer. Saty. 6.

Ad quartam iaceo poſt hanc vagor, aut ego lecto,
Aut ſcripto, quod me tacitum iuuet, vngor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,

Aſt

A *Aſt vbi me feſſum ſol acrior ire lauatum*
Admonuit; fugio rabioſi tempora ſigni
Tranſus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare; domeſticus ocior, hæc eſt
Vita ſolutorum miſera ambitione grauiq;
His me conſolor victurum ſuauius, ac ſi
Quæſtor auus, pater atque meus, patruusq; fuiſſent

Illud tamen hoc in loco nequaquam prætereundum exiſtimo, ꝙ maiores noſtri, quorum maior pars vel exiguum quid, vel nihil omnino mane manducabant, ſemelque tantum in die ſaturabâtur hora octaua diei, vel nona commodè exerceri poterant, aut etiam occidente ſole; Cæterū ætate noſtra, quando vix vnum, aut alterum eſt inuenire, cui non ſit in more poſitum & veſpere, & mane cibis ſaturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quàm matutina, paulò ante cibi ſumptionem; B nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis, magis libera, magis ob præuium ſomnum valida, magis denique a quibus vis impedimētis ſoluta ſunt, & præterea minus imminet periculum, quin externus cibus probè confectus ſit ſicut contra in veſpere, cum nondum cibus concoctionem aſſecutus eſt, corpusúe ſuperfluitatibus magis redundat, magisque grauatur, potius quieſcendum, quàm exercendum eſſe quiſque videt, vti quoque animaduertiſſe Auicennam arbitror vbi dixit. In hyeme verò rationi conueniens erat, vt ferè vſque ad veſperam tardaretur, ſed alia prohibentia hoc vetant. Erit itaque ferè perpetuò noſtris hiſce temporibus mane ante cibum quibuſlibet ſanis adeūda exercitatio, ſiq; vllus auctor inuenietur, qui poſt cibum exercitationem commēdet, modò prudenter conſulat, non gratia ſanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, ſed potius gratia alicuius particularis affectionis curandę cognoſcetur. Eſt & aliud hoc in loco magnopere conſiderandum. veteres tam Romanos, q̄ alios multos ſemper dies, atque noctes ſeparatim C in duodecim horas partitos eſſe, atque alias diei maximas vt in æſtate, aliàs minimas, vt in hyeme, aliàs æquinoctiales vocaſſe; numerum autē hunc ſcribit Galenus tanquam omnium vtiliſſimum ab ipſis delectum eſſe, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & ſextum, & duodecimum quæ nullus alius poſt ipſum numerus vſque ad vigeſimū quartum continere videtur. Vnde ne quis horas diei antiquorum eaſdē cum italicis, & multis alijs noſtrorum temporum eſſe putans errandi in exercitationibus, aut alijs occaſionem habeat, hanc horarum partitionē apud veteres in vſu habitum memoria tenere debet: ſic enim & conſuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accōmodare facilè poterit.

Li. 1. fen. 3 doc. 2. c. 5.

Lib. de cuiuſq; animi pec. notitia atque medela. c. 5

Quanta fieri debet exercitatio. *Cap. XII.* D

EX ijs rebus, quæ medicorum artem coniecturalem & penè incertam efficere, a multis creduntur, præcipuam remediorum omnium adhibendorum menſuram eſſe ſemper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, vt quaſi eius cognoſcendæ ſpem amittentes medicinæ opera exercere obnixe recuſauerint. Quapropter, & medicinæ profeſſores, & illi qui exercitationum ope ſanitatem tueri ſtudent, omni cura, & diligentia opus habent, quò actionum ſuarum menſuram, & quantitatem cognoſcant, ſine quibus incredibilia errata committi ſolent, & plerunque
lib. 29. c. 1. (vtar Plinij verbis) inſcitia capitalis euadit; cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur iam quantum vnuſquiſque exercere debeat, monſtrare conabimur; & ne ſingula explicantibus nimis diuagetur oratio, vniuerſa quantitatis exercitationum tractatio ex his conſtabit, quis eſſe debeat exercitationis communis terminus; Quantum fortes, quantum debiles, quantum ſenes, quantum viri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hyeme, æſtate, vere, & autumno; quantum tēperatè viuentes; quantum incontinentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & ſicci; quantum valetudinarij; quantum non aſſueti; his etenim cognitis nihil quatenus ad præſens caput attinet, deſiderare iure poterit; ſed antequam rem aggrediar adnotandum duco, de corporibus ægris nō futurum ſermonem, tum quia paucas exercitationes requirunt, tū quia ſecundum morborum varietates variantur exercitationum ſpecies, atq; menſuræ; & iccirco certa ratione diffiniri nequeunt. Terminus igitur E
5. de locis aff. cap. 5. lib. 6. c. 11. li. 1. fen 13. doc. 2. ca. 3. lib. 2. c. 3 6. epid. cō. 2
execitationum communis, quē Galenus, Oribaſius, Auicenna, & Aetius Hippocratem ſecuti docuerunt, duplex eſt; vnus quando ſcilicet vapor ſudori aliquantiſper permixtus ſentitur, venæ intumeſcunt, atque anhelitus permutatur: quum enim ab exercitatione duo requirantur membrorum robur, & caloris auctio, qui ſuccos concoquat, concoctos nutriendis membris diſtribuat, atque demum inutilia diſſipet, niſi exercitatio tanta ſit, & ad ſimilem terminum perueniat; neque benè, neq; perfectè illa omnia obtineri poſſunt; alter terminus eſt; vt tādiu exerceatur vnuſquique, quādiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motuſque acriter, æquabiliter, & concinne edit; nec vllam effatu dignā laſſitudinem percipit, ꝙ ſi calor euaneſcere incipiat; vel corporis moles paulò contractior videatur; vel laſſitudo iam immineat, illico deſiſtendū eſt; ne ſi vlterius progrediatur, corpus plus iuſte gracileſcant; boni ſucci vnà cum malis exhauriuntur; & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi vires potius deſtruantur; ſimiliter vbi motuum alacritas, æquabilitas, vel concinnitas remitti quippiā col F

labiq;

A labiq; cernitur; vtique ſtatim deſinere oportet; itidẽ ſi in ſudore accidat nulla qualitatis eius, quantitatisúe mutatio, quippe quem, & copioſiorem ſemper, & feruidiorẽ edi par eſt, prout motus vehemẽtiores fiunt; cùm igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum ſcito corpus exhauriri, refrigerarique, & ſiccari plus iuſto; & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, vt quando prædictorum ſignorum aliquod apparere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi ſunt communes quidam termini, quos magna ſeſe exercentium pars cõtinere debet. Succedunt poſtea particulares, pro quibus ita decretũ volo, ꝙ validi diutius cæteris (niſi quid aliud obſtet) exerceri poſſunt, quãuis etiam vires aliquantiſper fatiſcerent; nimirum quæ facilimè reſurgere poſſunt; debiles parũ certe exerceri oportet, alioqui ſi in his vires vel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco ſat ipſis erit incaleſcere citra ſudoris principium: ſenes dum ſe exercent B omni cura ſudorem effugere debent; nempe ſicci, & aridi exiſtentes ita maiorem ſiccitatem contrahunt; præterea cùm iam diximus exercitationes in iuuentute conſuetas in ſenectute congruere, hoc in loco ſciendum eſt ſemper ſenes minus quàm iuuenes ſolebant, exercendos eſſe, omninoq; laſſitudinis ſenſum effugiendum, terminumque exercitationis eorum famis excitationem ponendum; ſicuti Socratem iam ſenem ſe exercitare, donec eſuriret, ſolitum legimus: viri ſub quibus comprehenduntur omnes intra adoleſcentiam & ſenectutem exiſtentes moderatas exercitationes poſtulant; vel enim offenduntur, ſi plus iuſto exerceantur, vel paucum omnino fructum capiunt ſi minus, vel vtroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expoſitus his omnibus mirificè aptabitur. Pueri a primo vſq; ad tertium ætatis ſeptenarium multis laboribus probè ſuffiecre poſſunt; quocirca & incaleſcere, & anhelare, & ſudare & aliquantiſper defatigari ipſis impune conceditur; excrementis enim plurimis ob viuendi imprudentiam C exuberantes a ſudoribus, & laboribus multis iuuantur; viribus autem validis pollentes a leuibus defatigationibus minimè offendũtur: haud tamen modum in labore pueros vnquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo ſeptenario viciniores exiſtunt, ſiquidem intempeſtiua exercitationis duritiæ corporis pueri ad auctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod pædotribas nonnullos ſui temporis damnauit Galenus; quòd plus æquo pueros exercerent; ſimiliter, & Ariſtoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, ſicut, & illas nations, quæ athletarum habitum laboribus in pueris generare ſtudentes eorum corpora deformabant, augumẽtũque impediebant. Nam inter eos qui olympia vicerunt duo, vel tres tantum extiterunt, qui ijdẽ

1. de tu. ſa. c. x. 7. pol. cap. 4.

adoleſcentes

adoleſcentes, & viri ſint victoriam conſecuti, ꝙ per violentas, & pluri- D
mas pueris adhibitas exercitationes vnà cum auctione corporis robur,
atque vis auſerebatur; multum itaque exerceri poterunt pueri, ſed non
immoderate. Hyeme multùm exercendum citra tamen ſudorem, ne fri-
gus magis obſit, & quo ad vuiuerſum corpus incaleſcat: Vere plus, &
vſque ad ſudorem. Autumno minus, minimè omnium æſtate; quando,
(quicquid dixerit Ariſtoteles) neque ſudare, neque incaleſcere, neque
defatigari omnibus ab ambiente aere ſatis & defatigatis, & debilitatis
expedit. Qui temperatam vitam degunt, & ſi paucis ſuperfluitatibus
In lib. de ci bis bon. & ma. ſuc. abundent, & iccirco minori exercitatione indigere ſecũdum Galeni ſen-
tentiam videantur, nihilominus, & ipſi moderate exerceri debent, ne
otio torpeſcentia membra calorúe, ſopitus proprium, & naturalem ha
bitum remittant, neúe excrementa etiam intemperate viuentibus neceſ
ſariò genita retineantur. Incontinentes autem ſicut multa excrementa,
multoſque humores ſuperuacaneos aggregant, ita multis exercitationi- E
bus ac laboribus opus habent, quæ humores illos excrementaque abſu-
1. de alim. fac. mant, queúe, profundos ſomnos inducentia felicius concoctionem ad-
iuuent; ſiquidem Galenus ſoſſeres & meſſores, ideo a prauo viuendi ge-
nere minimum quid offendi ſentit; quoniam a laboribus in profundos
ſomnos demiſſi etiam deterrima probè coquunt, & ad meliorem natu-
ram reducunt; ideo iſti, modo vel crudorum in corporis ambitu latentiũ
humorum copia, vel virium debilitas, quæ hos plerunque comitari ſo-
let, vel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur,
tanto magis ſibi cõſulent; ſiue incaleſcant ſolùm, ſiue ſudent, ſiue etiam
leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requi-
runt, quò a motus multitudine humiditas nimia exicetur; vnde iſta
tamdiu exerceri poterunt, donec ſudor citra uirium defectum largus ef-
fluxerit, ſicca minus exerceri debent, neque vnquam calorem, ſudorem
úe in exercendo ſe expectare; frigida quoad tota ſe calefacta percipiant,
exercitari expedit. Calida verò parcè exercenda ſunt, nec vnquam aut ſu- F
dorem, aut incaleſcentiam, aut inſignem anhelitus mutationem in ipſis
expectari decet. Calida præterea, & ſicca exigua, vel nulla exercitatione
gaudent, ne tam caliditas, quàm ſiccitas ſimul augeantur. Frigidis, & ſic
cis ratione frigiditatis, & vſque ad manifeſtam incaleſcentiam exercita-
tione opus eſt; ob ſiccitatem a ſudore valde cauere debent. Calida, & hu
mida moderata exercitatione vti conuenit, quoniam puſilla humidita-
tem ſuperfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeq;
morboſas fluxiones parere ſolet, quocirca vehementem anhelitus altera
tionem, vehementemque calefactionem ea effugere neceſſum eſt. Frigi-
da porrò & humida eatenus exercenda ſunt, quatenus anhelent, incale-
ſcant, atque etiã pauliſper ſudent ſummatim huiuſcemodi corpora om-
mnium

A nium maximè exercenda erunt,ita namque excrementitiæ humiditates, quibus oppleta ſunt inaniuntur calor naturalis excitatur,& perbellè cō coctiones omnes perficiuntur.Demum valetudinarios, qui mox a morbis reſurgunt exigua admodum exercitatione vti debere nemo ignorat; quoniam horum vires infirmæ valde exiſtentes calórque debilis,& mēbra exiccata, ſi multa exercitatione agitentur, non poſſunt non ſummum detrimentum ſentire: próinde iſti intra anhelitus mutationem,intra caloris aduentum,intra deniquè defatigationem quamlibet exercendi ſunt prout tamen iſti reficiuntur, vireſq; creſcunt, & meliuſculi eſſe cœperunt,adijcere debēt exercitationes. Poſtremò qui exercitationibus inaſſueti ſunt, quum prauam illam conſuetudinem deponi debere iam oſtenderimus,prius expurgari ab humoribus, & ſuperfluitatibus ex ſegnitie ortis ſecundum Galeni conſilium debent, alioqui periculum imminet,ne a fluxionum pernicioſis morbis protinus tententur.Deinceps

B primò parciſſimè exercendi ſunt per aliquot dies, poſtea exercitationis modus paulatim augendus, quouſque ad terminum illum peruentum ſit,quem inaſſuetis ſufficere,& citra vllam moleſtiam calefacere experiētia docuerit,eo ſemper, (quod ſupra quoque demonſtrauimus) animaduerſo,omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quæ pueris incrementum adimit,& membra colliquat; viris inęquales intemperies gignit atque febrem interdum, ſicuti de illo immodico exerceri coacto narrat Galenus in libro de cauſis præ inchoantibus; ſenibus immedicabiles laſſitudines, atque ſiccitates parit;omnibuſq; tandem aliquid ſemper boni effluere facit. Immodicæ autem exercitationis hæc ſigna ſunto, dum articuli calidiores effecti ſentiuntur; dum vniuerſum corpus aridum,& inæquale apparet,dum in motu ſenſus doloris cuiuſdam vlceroſi ſuboritur; dum labor coacte,& non ſpontè dimittitur;dum poſt ſudorem pallor ſuccedit,ſicut in athletis immodicè exercitatis euenire conſueuiſſe auctor eſt Ariſtoteles, dum inſolita denique, ac valde moleſta

Galen.3.de ſymp. cau.

38.partic. prob.5.

C laſſitudo percipitur. Tota itaque quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis præſcripta ſit, quod ſi multa particularia a quoquam reperientur, quæ a nobis aut ignorata, aut prætermiſſa videantur, illud ſciatur nihil quod ad vniuerſam artem neceſſariò pertineat eſſe,quin vel explicite, vel implicite a nobis comprehenſum habeatur, quamquam etiam multæ exercitationes ſunt, quarum quantitatis terminum non expreſſimus, quòd a termino illo communi præſcripto eorum menſuram accipi volumus.

PRæter locum, tempus, & quantitatem, quæ in obeundis exercitationibus ſumma cura obſeruari debere monſtrauimus, adeſt & modus, qui vt in illis ipſis, ſic in pleriſque alijs rebus rectè peragendis tantum poteſt, quòd niſi is adhibeatur, cætera omnia ſuperuacanea reddantur infinitiſque propè erroribus iam via latiſſime pateat. Qua de re maximè ad huius tractationis abſolutionem pertinet, vt modum, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoue, temporibus noſtris vnus quiſque ſanitatis ſtudioſus vti non ſine fructu poteſt, & debet, apertum breui ſermone faciamus. Modus aũt, quo veteres ad ſanitatẽ vſos legimus, fuit is, quem
6.colle. Oribaſius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, &
ad iul. c.15 Libro.1. Arabum doctiſſimus Auicẽ. in medium attulerunt. Viri namque & iu-
fer.3.ca.2. uenes exercendi vbi lotio perfecta concoctio apparebat, fæcibusq; aluũ E
Lib.1.fen exonerauerant maior pars ſeſe exuebant, mox fricabantur mediocriter,
3.cap.3. vſque quo floridus calor in ſumma cute reſidens, & artuum flexibilitas atque ad omnem motum agilitas perſuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod vt magis artus quoſlibet penetraret, manibus vndequaque prementibus, & explanantibus apponebatur; ab vnctione qui luctatione exerceri volebant, aut panerario, puluere conſpergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri vtilior atque gratior apparebat, deſcendebant, peracta exercitatione paulùm quieſcebant, deinde ſtrigilibus, vel aſperinſculis pannis ſtrigmenta a corpore eruebant, quo facto aliquando rurſum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione ſimiliterque vngebantur aliàs in ſole, aliàs ad ignem, vt
Lib.1.c.2. Cornelius Celſus teſtatum facit: ſicque fere ſemper balneum ingrediebantur conclaui quam maxime alto, lucido, & ſpatioſo, rarius ſeipſos induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo vel in gymnaſijs publicis, vel in priuatis locis maior pars liberorum F
hominum, & eorum qui valetudini curandæ & bono habitui comparando ſolemniter incumbebant, frequenter vtebatur, nec quiſquam miretur quomodo liberi homines ſingulis diebus tot corporis curis occuparentur, quandò omnes homines, nedum clariores quotidie defricari ſolitos multi auctores, & præſertim Columella trigeſimo ſexto lib. cap. memoria mandarunt, de quo defricandi more & modo, ſi Deo placuerit, aliquãdo tractationem huic adijciemus. Cęterum veriſimile ſit quã plurimos alios extitiſſe, qui vel negotijs publicis, priuatiſque impediti; vel neceſſarijs variarum artium operibus detenti; vel aliqua valetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, ſed frictionibus, & vnctionibus dimiſſis quaſcunque poterant exercitationes amplecterentur;

tur;

A tur; ſicuti & multi reperiebantur, qui prædictarum cauſarum aliqua nullo modo exercitationibus vacandi ocium habebant; quibus omnibus exactiore victu, & ſanis medicamentis opus eſſe tradit Galenus. Verumenim vero quum ætate noſtra gymnaſia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in vſu deſierint eſſe; neque gymnaſtas, & pædotribas, neque aliptas, & renunctores habeamus a quibus fricandi, vngendi, tandemque quomodouis exercendi modos, atque commoditates quæramus, ſat erit illis, qui aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi ocium nequaquam habent, vt potius quomodocunque poſſunt, exerceantur, quàm ſemper in conſumata quiete degant; modò tamen hoc vnum obſeruent, ne ſtatim a cibo exercitationes eas, quas gratia ſanitatis facere intendunt, ſolicitè nimis adeant, ſed ſaltem aliquot horas interponant, quò minus quàm fieri poteſt, nocumentum inde ſequatur. Porrò qui ſuæ ſpontis ſunt, & maiori ocio propriorum

Lib. 1. de cibis bon. & mal. ſuc.

B corporum curæ liberè vacare queunt, hæc omnia diligenter obſeruare debent, primò vt corpus tum a fæcibus & vrinis, tum a muccis & ſputis accuratè emundare, caput pectere, manus, & faciem abluere ſtudeat, ne excrementa in varijs corporum cauitatibus, atque in ipſo ambitu latentia, a motu excitata vaporationibus offendant; ſtrictiſque meatibus nõnunquam infarcta, aut exercitationis calore eliquata obſtructiones, fluxionesque diuerſas pariant. Secundò vt corpus ijs indumentis obtegãt, quæ laborem ipſi ſuperaddere nequeant, quæue interim a ventis, ſi qui erunt, vel a frigore tueantur; aut etiam ſi æſtus vrgeat, feruorem nullo pacto augere, ſiue fouere queant; nam indumenta niſi exercitandis prudenter accomodentur, præter impedimentum, quod laboraturis in motu præſtare ſolent inſigne, faciunt quoque, & vt ſine motus debita menſura ſudent, & alia incommoda ſuſtineant; ſi quidem ſudor ita indutorum ſine motu multo eueniens veluti Ariſtoteles diſputat, deterior eſt

C eò, quia labore emanat & huius argumentum eſt, quod ita ſudantes decoloratiores euadunt, cum humor per ſumma corporis paſſus, atque incaleſcens ab externo aere refrigerari non poſſit, & inde pallorem facilè contrahat, ſimulque corporis perſpiratio a qua gratus calor emanare cõſueuit a veſtimentis inhibeatur. Tertiò obſeruandum erit, vt remiſſè, ac leniter vnuſquiſque exerceri incipiat, deinceps eius intentionem augeat paulatim, vſquequo ad terminum, qui ſibi conueniens videbitur, perueniat, atque vehementiam rurſum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus ſibi iam ſatis ſeſe exercuiſſe doctus experientia ſentiet; nam ſubitò ab intenſis exercitationibus incipere non ſolùm imbecillibus, ſed etiam robuſtis corporibus ſummè pernicioſum iudicauit Galenus. Quartò ijs, qui inter exercendum ſudant, curandum erit, vt peracta exercitatio-

2. parti. pe. 30. & 38. partic. proble. 3.

In com. de pu. epilep.

exercitatione veſtes ſudore madefactas exuant, & ſiccas reſumant, idq; D ſi fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut ſaltem neque frigido, neque ventis perflato; ſi etenim humecta illa indumenta retineantur, facile eſt carnibus a calore relaxatis iterum ſudores imbibi, ſicque denuo corporis meatus obſtruitur; præterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fœtores ac alias moleſtias inducunt, atque inde febres interdum oriri ſolent. Quintò obſeruandum erit, ne (ſicut etiam ſupra admonuimus, poſt exercitationem quam primum quiete ſeſe dedat, aut cibum ſumat, ſed blando, & valde remiſſo potius aliquo motu vtatur, tantumque a capiendis cibis abſtineat, quoad perturbatio illa, quaſique corporis fluctuatio æſtuatioue, ab exercitatione genita prorſus ceſſauerit, eique tranquillitas quædam, & leuatio ſucceſſerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primò corpus a ſuperfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, ſe accomodate induere, tardos, & remiſſos motus incipere, ad celeriores, E & vehementiores procedere, iterumque paulatim remittere, madefacta ſudore indumenta exuere, blande poſtremò moueri, & ſedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque hæc de vniuerſali exercitationum ſpeculatione, & methodo. diſputata ſufficiant. Reſtat modò particulares ſingularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare, quod in ſequentibus libris, quantum fieri poterit, plene præſtare conabimur.

Explicit Liber Quartus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER QVINTVS.

De ordine agendorum & de nonnullis ſcitu dignis. Cap. I.

SIcuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus expectandus eſſet, niſi recta atque vniuerſalis methodus, quam ſuperiori libro abunde ſatis (ni fallor) tradidimus, optimè poſſideretur. Ita profectò illa infructuoſa, ac propemodum vana euaderet, niſi hæc particularium ferè omnium exercitationum tractatio, quã aggreſſuri ſumus, illi connecteretur; ſiquidem incerta, ac fallax ea cognitio videri poteſt, qua exercitatio vniuerſali quodam pacto accepta iuua
B re intelligitur, ſed ſi qualis exercitatio, quod nocumentum, quamúe cõmoditatem præſtare idonea ſit, cognoſcatur proculdubio nihil amplius remanere conſtat, quod exercitationum quarumuis ſcientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnaſticę tractatio imperfecta relinquatur, in ſequentibus ſingulos exercitationũ iam enarratarum effectus proſequemur; atque hos cùm ex antiquorum auctorum comprobatis experientia teſtimonijs, tum ex rei ipſius natura inſpecta, quam eſſe veram cõditiones rerum inueniendi rationem ſcripſit Galenus, dicere conabimur, & ne citra ordinem totus futurus ſermo vagetur, ita materiam huiuſcemodi declarare inſtituimus, vt primò commoda in corpora humana ex vnaquaque exercitationis ſpecie emanantia, deinde incommoda ſigillatim explicentur, nã illud, quod quãplurimis medicamentis euenire vſu comprobatur, vt ſi alicui corporis parti, & affectui proſunt, alijs noceant, in exercitationibus item contin
C gere nemo ignorat. In explicandis prætera vtilitatibus, atque damnis a membris ſuperioribus principium ſumentes, vt plurimùm in vltima, atq; infima ſeriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quę nullum corporis particulare membrum reſpicere videbũtur. His autem ſic pertractatis duo me ſaltem peracturum eſſe ſpero. Alterum q, maiori facilitate, firmioreque cognitione quicunque hæc legent, animis eorum inſidebunt. Alterum q, habito a valetudinis ſtudioſis exercitationũ aſſiduo delectu, vel nulli errores, vel quàm pauciſſimi committentur, ſicq; demum multi eorum pernicioſorum morborum euitabuntur, quos deſidia, laborum abſtinentia ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quoſúe intempeſtiuus exercendi vſus continuò parere ſolet, illud namque a natura comparatum eſſe norunt omnes, vt illa, quæ corporibus

11. Metho.

bus noſtris admota inſigniter conducere animaduertuntur, eadem ple- D
runque magnum detrimentum inferant, ſi vel nullo pacto, vel prauo ordine, atque omnino importunè adhibeantur, quod etiam in exercitationibus ipſis ferè contingere iudicauit Galenus, vbi ſcriptum reliquit eos, qui ante cibos, atque opportune ſeſe exercēt, haud exquiſita victus ratione opus habere, quin interdum Naturæ in valetudine commiſſos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerſo illos, & accuratiore victu, & aſſiduis medicamentis indigere, inſuperque natiuam ſanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto neque ordine, ac tempore ſeruatis exercitationes adeunt. Cùm itaque tali ordine, qui ad vniuerſam gymnaſticam perficiendam ſuperſunt, prædictis adiungere intendamus, id ante cætera præfari operæpreciū eſſe duco nos in ſuperioribus gymnaſticam facultatem non in curatiua, ſed in conſeruatiua medicinæ parte collocaſſe. Et tamen omnes veterum medicorum ſectas, ac præſertim Methodicos, quorum principes Aſclepiades, Themiſon, & Soranus E
extiterunt, in cunctis ferè diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendaſſe, vt ex libris Cornelij Celſi, qui Aſclepiadem in multis ſecutus fuit necnon Cœli Aureliani methodici atque Aretæi clariſſimè intelligere licet, quod ſimiliter Galenus, & qui Galenum in dogmaticorum ſecta ſunt imitati, magna ex parte confirmarūt, ſed ne vel me, vel illos vniuerſos erraſſe credatur, ita ſententias noſtras accipi debere volo, ꝙ. ſ. gymnaſtica principaliter circa ſanitatis conſeruationem verſatur, conſequenter circa curatiuam, nullam etenim exercitationem, qualiſcunque ſit, vſquā reperies quin in ſanis corporibus abſq; noxa adminiſtrari queat, at paucis quibuſdam exceptis nimirum ambulatione, geſtatione vectione, ac ſimilibus, vix vna aut altera inuenitur, quæ ægrotantibus impune concedi queat, immo illa, quæ adhibentur potius vt remedia, quàm vt exercitationes commendantur, quum in ſanis omnes exercitationes ſolùm fiant, quò bonam valetudinē tueantur, optimumúe corporis habitum inducant, in ægrotis verò iccirco ædem F
adminiſtrentur, vt morbo expellendo aliorum medicamentorum inſtar cooperentur. Quando igitur antiquorum in varijs morbis exercitationibus aliquibus vtendi conſuetudinem in medium adducemus, non erit, ꝙ vllus admiratione capiatur, noſque reprehendat, tanquam gymnaſticam ſoli conſeruatoriæ inſeruire ſtatuerimus, quoniam & nos rei ipſius naturam præ oculis habentes, ita determinandum cenſuimus, quemadmodum veteres aliàs experientijs aſſiduis, aliàs morborum conditionibus permoti paulò diuerſius ſentire quidem viſi ſunt, ſed re uera a ſententia noſtra non receſſerunt. Aliud inſuper hoc in loco ſumma conſideratione dignum exiſtimo, quod licet in multis exercitationibus diuerſus extiterit antiquorū mos, ab eo qui hodie in vſu eſt ferè apud omnes,

In lib. de cibis bon. & mal. ſuc.

De chroni.

veluti

A veluti pilæ exercitatio, lucta, diſcus, pugnæ atque ſimilia, nihilominus quum parùm noſtra conſuetudo ab antiqua recedat, ſolisque accidentibus quibuſdam, & non in rei natura differat, ferè eoſdẽ effectus, quos illi ſuis attribuunt, nos noſtris dare poterimus, modò vnum, aut alterũ obſeruemus, antiquos vnctiones ac pulueres in multis exercitationib⁹ adhibere conſueuiſſe, quas nulli hodie, aut quàm pauciſſimi faciunt; atque hoc multi momenti eſſe ad variandas vtrorunque qualitates, quando de his Hippocrates verba faciens ſcripſit exercitationes in puluere, 1. de diæta. atque oleo magnas differentias ſuſcipere, quum puluis frigidus ſit, oleũ iuxta finé. verò calidum, atque inde oriatur, quòd hyeme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat. Æſtate verò caliditatis exceſſum faciens, carnem liquat, quum & à tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum exaduerſo puluis in æſtate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hyeme autem frigus, & algorem

B inducit: præterea maior pars hominum ſemel dumtaxat in veſpere ſaturabatur, noſtrates bis cibos ſumunt, quod item non parum refert ad variandas exercitationum conditiones; vnde qui de noſtri temporis exercitationibus æquum iudicium ferre optauerit, debebit quid vnctiones, & quid vna diei ſaturatio importent, exactè penſitare, totumq; illud noſtris adimentes in reliquis eoſdem vel parùm diuerſos effectus arbitrari.

De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus. Cap. II.

TRes præcipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuiſſe ſatis conſtat, quarum prima exercitiũ παρασκευαστικὸν ſiue præparatorium, altera ἀποθεραπευτικόν, tertia ſimpliciter exercitatio nuncupata fuit. Exercitatio præparatoria facultatem cogendi, meatus corporis denſandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere ſcripſit Galenus, qua de cauſa athle- 3. ď tu. val. cap. 11.

C tæ, qui denſitate corporum ſudores impedire, & conſequenter robur cõ 2. de tu. va. ſeruare ſtudebant, ante cæteras exercitationes præparatoria vtebantur; cap. 5. quam item vſurpabant quamplures homines poſt coitum, vt laxitatẽ corporis in motu venereo genitam emendarent; de meridiano coitu loquor, cũ ex nocturno oborta laxitas ſatis a ſomno recuraretur, cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare ſoleo, qui apud Plutarchum in no 3. ſymp. cte coitum ob hoc exerceri debere aduerſus Epicurum medicum grauiſ- prob. 6. ſimè diſputat; ſicuti quoque Pauli ſententiam, Galeni, atque Aetij opi- lib. 1. c. 35. nionibus præferre conſueui, dum is contra ipſorum placita tempus con 6. epid. cumbendi ſecundum cibum in veſpere antequam ſomnus inuadat, op Lib. 1. ſer. 3 portunũ exiſtere credidit, quòd laſſitudo ex coitu contracta obdormienti ſtatim remittatur. Exercitationem apotherapeuticam tam pro exerci-

tationis parte, quàm pro ſpecie acceptam corpora ab immodicis laboribus exſueta emollire, meatusque corporis relaxando excrementa purgare traditum eſt a Galeno, vnde iure merito poſt vehementiores exercitationes, poſt vigilias, poſt mœrores, a quibus corporum meatus clauduntur, viresque non parùm deprimũtur, vt plurimum adhibebatur, in ijs quoque commendabatur, qui palæſtræ laboribus aſſueti, ob vitæ negocia cogebantur illos dimittere. Exercitationis ſimpliciter acceptæ differentiæ, quæ ab extrinſecis deſumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipſorum a quibus ſumuntur, conditiones producere poſſunt, & ideo qui in calidis locis exercentur, magis exuruntur, qui in humidis, humiditatem contrahunt, ſicque de ſingulis, corpora namque ab exercitatione rarefacta facilimè diſponuntur ad imbibendas quaſlibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab vtendi modis acceptis in hũc modum decernendum erit, quòd exercitationes perpetuæ, ſiue continuatæ & æquabiles magis delaſſant, quam inæquabiles, ratio eſt eadem, quam attulit Ariſtoteles in problematibus, videlicet membra a multo motu refrangi, atque multum eſſe motum, qui vnus & continuus eſt, ac æquabilis; inæquabilem verò non ideo ſic delaſſare, quia ex mutatione naſcitur requies, laborque omnibus partibus diſtributus a ſingulis minus ſentitur, qua itidem ratione motus interciſus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum quum interruptio quietem, quies laſſitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractæ non modò præſentem laſſitudinem mitigant, verumetiam futuram prohibent, ſiccitatemque arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant; cuius rei gratia Pollio nonagenarius ætatem ſuam oleo forinſecus adhibito acceptã referebat. Quæ cum puluere fiunt exercitationes præterquam quod frigidiora conſeruant corpora, efficiunt quoque, ne ſudor ita faciliter effluat, neúe illa tantopere defatigentur, habet namque puluis ex Galeni ſententia emplaſticam vim, refrigeratoriam, ac repercuſſoriam, vt nõ temere is præceperit iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere vti, qui, ſi pinguis ſit, corpus exercitatum minimè extenuat; ſin autem aſper inſtar pumicoſi, vel acer, qualis nitroſus, exiſtat, exercitationes eo peractæ mirum in modum extenuãt. Inter differentias ab ipſius motus quantitatibus deſumptas primæ ſunt multæ, paucæ, & mediocres. Multas corpus ſiccare, mediocres obeſum reddere ſcripſit Galenus, ex quo liquet magna cum ratione Cęlium Aurelium inter Methodicos non infimum ad prohibendam polyſarchiam multas exercitationes commendaſſe, de quibus etiam locutum exiſtimo Ariſtotelem, quãdo ſcripſit exercitationem ideo oculorum acumini obeſſe, quia vniuerſum corpus ſiccando, indurandoúe pupillæ cutem conſequenter indurat, atque ita viuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus quantita-

3. de tu. va. cap. 1. — 5. part. pro ble. 1. & 12 — 2. d tu. val. cap. 12. — 5. de tu. ua. cap. 3. — Loco citato. — 5. chronic. cap. vlt. — Sect. 31. Prob. 14.

D — E — F

A quantitatibus ſumptis magnæ exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, ſudores cient; minus his mediocres, minime omnium paruæ. Inter differentias a qualitatibus captas ſecundū Galeni ſententiam acuta exercitatio, ſiue celer, aut velox corpora tenuat, carnes, & ſuccos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polyſarchiam præ cæteris commendatur, lenta, atque tarda pinguefacit, & craſſitiem inducit; mediocris inter vtraque medios effectus producit. Exercitatio vehemens atque robuſta calorem quidem natiuum auget, ſomnos profundos generat, & concoquendis cibis, crudisúe humoribus confert, at caput ab illa repleri quocirca mirari ſoleo, cur Celſus ſcripſerit inſanientes omnes vehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo conducit. Remiſſa verò languida, ac imbecillis vti prædictos effectus obſcuriſſime parit ſic ſanitati, ac habitui bono minimum iuuamentum affert, potiusque ægrotantibus, ac valetudinarijs quàm ſanis accommodatur. Inter hæc autem mediæ tum minus, vehementibus ac robuſtis, tū B magis remiſſis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco ſanitatis conſeruationem non parùm adiuuant. His igitur ita determinatis iam facile euadit, cuicunque vel modico iudicio prædito intelligere, quos effectus ſingulæ exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habētdifferentiam, producant, quod tametſi in recenſendis ſingulis non abſque animaduerſione ſuis locis præterire ſtatuerimus, nihilominus haud inutiliter, nunc quoque explicatum fuiſſe credo, quandò iam pluries demonſtratum eſt vniuerſales huiuſcemodi rerū tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti eſſe, Illud hoc in loco ſciri cōuenit in ſuperioribus libris multa de gymnaſtica bellica, & athletica nos diſſeruiſſe, vt expreſſius tota medicæ gymnaſticæ natura innoteſceret, at in ſequentibus de medica dúmtaxat ſermonem habituri ſumus, eo quod illarum effectus cognòſcere parùm omnino confert, ad id quòd optamus, aſſequendum, ſoloſque ſanitatem, aut morbos reſpicientes addiſcere ſufficit.

C

Gale. 6. de mor. vulg. com. 3. 6. de tu. va. & lib. 6. c. 3 14 Meth. Lib. 1. ſer. 4. ca. 32 Gal. de pu. epil.

De ſaltatoriæ effectibus. *Cap. III.*

QVicunque ſaltationū ſpecies apud veteres in vſu habitas accurate contemplari voluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione harmoniaque muſica non caruiſſe ſciet. & iccirco noſtra tripudia βαλλισμοὺς, ac geſticulatorios motus, quos tā mulieres quàm viri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorſus diſſimiles extare ſentiet. Veruntamen illud inter antiquorum & noſtras ſaltationes intereſſe nemo non videt, ꝙ ſicuti illæ aliqñ ſanitati inſeruiebāt, ita noſtræ, vel nunquam, vel rarò hoc fine peragun-

tur,vt valetudinis conſeruationem adiuuent, nempe quæ vt plurimum D
poſt cænã, atq; in nocte inter ipſas commeſationes exercentur qñ potius
quieti,& ſomno vaccare præſtaret,vnde ſi ſaltatio opportunè,queãdmo
dũ maiores nři faciebant,& queãdmodũ cũctas exercitationes peragi de
lib.4.c.11. bere ſuperius demõſtrauimus,adminiſtret, quin cõmoda multa pariat,
inficiari minime poterimus. Cubiſticam nãq; quã primã eius ſpeciẽ fuiſ
ſe diximus,brachia corroborare,ſimiliter & crura nimirũ quę potiſſimũ
agitent,quiuis intelligere põt,vnde qui brachia robuſta corpusúe vnde
quaque flexibile habere cupiunt, hanc exercitationem frequẽter agant,
cæterum quia,dum in caput ſaltatur, illudq; ad terram flectitur,primò
caput valde repleri neceſſarium eſt,ſecundò viſcera omnia quaſſari, in
teſtinaq; ſuis locis dimoueri,& tandem dorſum ac articulos,qui in fle-
xionibus vehementer commouentur, magnopere pati rationi conſenta
neum eſt,ideo fugere ipſam expedit ijs,qui vlla ex parte caput debile,vi-
ſcera infirma,lumbos,articulosq; imbecilles, vel natura, vel caſu aliquo E
ſortiti ſunt. Tertiæ ſaltatoriæ ſpeciei (de ſecunda in ſequenti capite tra-
ctabitur)quam veram orcheſticam appellauimus, quam plurima apud
antiquos extarũt genera, quæ ferè omnia hodie abolita, vel ſaltẽ non
vſitata eſſe quum conſtet,ſuperuacaneum foret ſingulorum effectus per
cenſere velle,proinde ſat erit illa adnotaſſe,in quibus præſtandis,& cun
cta illa conueniſſe, atque etiam noſtram conuenire veriſimile apparet
2.de diæta. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſticulationem attenuare humores
prope finẽ. atque ſurſum carnes trahere placuit Hippocrati ſiue Polybo, quam ſimi
liter in inueterato capitis dolore, vbi paulatim malum ſoluitur, commẽ-
Lib.1.cur. dauit Aretæus,veluti & in vertiginoſis, epilepticis,cœliacis. Saltatio de-
chr.ca.1. mum, quæ motu vniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus,atque
etiam nonnullis tremoribus valde accommodatur, priuatim vbi ſtoma
chus in concoquendo laborat,crudoſúe humores aggregat vtile reme-
dium exiſtit;præterea labantes coxas, infirma crura, malè tutos pedes,
vſque adeò confirmat,corroboratque vt pauca inueniantur,quæ ſimile F
auxilium præſtare queant,neque itidem alteri cedit huiuſcemodi exerci
tatio in extrudendis a renibus ſiue veſica lapillis. Cæterũ ꝙ prægnan-
in li. de na tibus mirum in modum noceat,teſtatum reliquit Hippocrates,vbi can-
tura pueri. tatrici mulieri,quæ ne calumnias ſubiret,vteri fœtum abijcere cupiebat,
conſuluit,vt ſaltaret,pollicitus ea ſaltatione conceptũ corrumpẽdũ eſſe,
veluti poſtea cõtigit. Quicũq; verò caput debile,ac vertiginoſis affectib.
obnoxiũ habent, ꝓculdubio ab illis circuitionibus, verſuris, motibusq;
cõtinuis offendunt,ſiſt oblædunt ꝗbus oculi illachrymant,aut in vidẽ-
do hebetẽ aciẽ habẽt,périnde nãq; in tripudiationibus alicui euenit, ac
in rotationibus,in quibus ſæpe oculi tm̃ detrimẽtũ patiuntur, vt nihil
omnino videant,atque interdum cadant. Renes languidos, & ſuperca

lefactos-

A lefactos habentes, feminiſue fluxum γονόῤῥοιαν a Græcis vocatum qua-
libet de cauſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere conuenit, alioqui eo-
rum affectiones ex motu calefaciente magis recrudeſcunt. Atque hæc
omnia a me dicta intelligantur de ea ſaltationis ſpecie, quam antiqui ſi-
ne armis obibant, q̃ ſi quis armatæ, quam vocarunt, ſaltationis conditio-
nes pernoſcere aueat, in hunc modum verè atque breuiter ſtatuere rem
poterit, videlicet omnia quæ ab illa gignuntur vel bona, vel mala, eadem
ab hac effici, niſi quod armata vehementius membra exercet, magiſq́ue
illa incaleſcere, & ſudare facit, ob quod Galenus inter vehementes exer- 2. de tu. va.
citationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura tectus
celeriter agitatur.

De ludorum pilæ effectibus. *Cap. IIII.*

B LVdorum pilæ antiquitus quàm plures cùm apud Latinos, cap. 4. & 5.
tùm apud Græcos extitiſſe ſpecies abunde in ſecundo libro
indicauimus, ex quo nullum operæprecium eſt hoc in loco,
vbi ſolas exercitationum qualitates explicare propoſuimus,
eadem repetere: illud dumtaxat animaduerti deſidero, quod & ſi no-
ſtra ludorum pilæ genera veterum generibus, vndequaque non corre-
ſpondeant, ſunt tamen magna ex parte valde ſimilia, & ideo eorum com-
moditates atque nocumenta ſingulatim enarrare ſtudebimus, vt facta
noſtrorum cum illis comparatione, quid conferant, quidúe noceant,
vtraque ſimul cognoſci poſſit: ſed ne tractatio iſta confundantur, ſicut
aliàs fecimus, primo græcos ludos, deinde latinos ꝓſequemur eodē ordi-
ne quo ſupra vſi fuimus. In eo etenim cōuenire cuncta harū exercitatio-
nū genera cenſuit Auicēna, quòd fortes exiſtunt. Hoc præterea cōmune Li. 1. fen. 3
ex omnibus huiuſcemodi ludis commodum percipitur, vt qui in ipſis, doc. 2. c. 2.
vel ipſorum aliquo ſeſe exercent, promptiores ad motū reddantur, iiſq́;
C vitales actiones roborentur: peculiariter verò paruæ pilæ exercitatio in-
ter veloces citra violentiam & robur collocant Galenus atq; Paulus, cu- 2. de tu. ua.
ius merito corpora craſſa, vt ſimiles exercitationes facere dictū fuit, atte- lib. 1. c. 18.
nuat: Prima autem paruæ græcorum pilæ ſpecies, ſecundum Antylli ſen- Orib. lib.
tentiam carnem ſolidam reddit, brachijs, dorſo atque pullulantibus co- 6. collec.
ſtis magnam vtilitatem præſtat, cumque in ea exercitatione crura ma- cap. 32.
gnopere laborent ad acquirendum robur non parùm proficiunt. Secū-
da exercitationis paruæ pilæ ſpecies præſtantiſſima reputabatur olim, q̃
corpus ſanum, & promptum ad motus cum robore coniuncto præſtat,
aſpectum firmat, neque caput replet. Tertia verò ſpecies oculos, atque
brachia iuuat, ſpinæ propter inflexiones, quæ currendo fiunt, commo-
dum affert, crura ꝑpter curſum mirum in modū firmat. His porrò om-

nibus paruæ pilæ ſpeciebus cuncta illa conuenire cenſeo, quæ Galenus D
in libello ſuo illis dicato, paucis verbis complexus eſt videlicet quòd tũ
animorum virtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodatè
exercendo bonam corporis valetudinem, ac membrorum cõcinnitatem
efficiant. Pilæ magnæ ſpecies prima ſecundum Antyllum totum corpus
firmat, cumque ad deducendam infra materiam vehemẽter cooperetur,
capiti in primis, cunctisque ſuperioribus partibus, non ignobile iuua-
Lib. 9. mentum affert, de hoc ludo ſermonem habuiſſe puto Alexandrum Tral
cap. vlti. lianum, quando in curatione priapiſmi ſphæræ exercitium commenda-
uit, quò materia in diuerſum retrahatur, & ſpiritus flatulentus digerat.
Secunda ſpecies quę plus iuſto magna pila peragitur dũ proijcit, & vtraq;
manu propter magnitudinem emittitur, brachia firmat, ſed nimis duras
plagas infert, ob idq́; nòn modò ægrotis, aut conualeſcentibus eſt inuti-
lis, verùm etiam bene valentes immodica defatigatione afficit. Inanis pi-
la, quam tertiam effecimus, æque exercet, ac motoria, in qua curritur, at E
tamen non admodum facilis eſt, neque apta, atque ideo omittendam eã
lib. 9. c. vlt. eſſe cõſulit Oribaſius ex Antylli ſententia. Pilæ, & magnæ & paruæ exer
lib. 9. c. vlt. citationem vertiginoſis obeſſe iudicauit Aretæus, quoniam capitis, &
oculorum circumuolutiones, atque intentiones vertigines afferunt. Co
ryci exercitationem inter veloces adnumerauit Paulus, quas quum di-
ctum a nobis ſit corpora craſſiora attenuare, ſumma ratione Cælius Au-
lib. 5. c. vlt. relianus ad diminuendam polyſarchiam hanc exercitationem, quam a
2. de diæta. Græcis corycomachiam vocari ſcribit, adeò probauit, ſecutus in hoc (opi
nor) Hippocratem, qui corycomachiam, & chironomiam idem præſtare
quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus muſcu
loſum corpus reddere, roburque afferre, & præterea vniuerſo corpori
aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus viſceribus idoneum exi
ſtere Aretæus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit ſi tamen quis
plagas in pectore a coryco fieri ſolitas conſideret, facilè ſentiet eos, qui
pectore debili vexantur, ſimili exercitatione periclitari, & quandoque F
contingere poſſe vt in thorace vaſa rumpantur. Atque tot, quæ de pilæ
Græcorum ludorum qualitatibus dici poſſunt. Succedunt luſus. Latino
rum genera, quæ & ab ipſis quattuor ſpeciebus cõplexa omnia in vſum
ſanitatis recepta ſuperius demonſtrauimus. Horum primum locum ob-
tinet exercitatio folle acta, quę vniuerſum corpus exercet, ſed dum bra-
chiis impellitur, dorſum in primis atq; brachia firmat, ob quod Cælium
Li. 1. chro. Aurelianum de hoc pilę ludo verba feciſſe exiſtimo, quando in epilepti
cap. 4. cis humeros ſphęrę luſu exerceri mãdauit, dum verò pugnis emittitur,
manibus maior vtilitas contingit, ambo tamen viſcera adiuuant, calcu-
liſque a renibus, & veſica extrudendis mirificè conferunt, coxas, & cru-
ra imbecillia confirmant. Nam Auguſtum, qui huiuſcemodi affectibus

corporis.

A corporis ſolicitabatur, eatum gratia folliculi exercitium (vt refert Suetonius) adamaſſe opinor, quod quum præcipuè ſuperiores partes exerceat, ijs qui citatam aluum habent & quos tremor corporis exercet non ſine ratione Cornelius Celſus prodeſſe ſcripſit, hanc etiam exercitationem intellexiſſe arbitror Plinium, dum ſpurinæ prudētiſſimi, & ſanitatis ſtudioſiſſimi viri rationem vitæ obſeruatam explicans, cum ſeſe pila moueте, atque tali exercitationis genere cum ſenectute pugnare ſolitum ſcribit, vt verè dixerit Martialis. In eius vita.ca.80.& 83. epiſt.1. lib.3. lib.1.c.6. Epiſt.1. lib.3.

Folle decet pueros ludere, folle ſenes. Libro.14.

Pila trigonalis, quam paruā fuiſſe, & tertiæ ab Antyllo ſpeciei deſcriptæ correſpondere probauimus, eoſdem planè quos illa effectus producit, peculiariter autem oculos exagitat, exercetúe, dum eos intendere ſemper & modò huc, modò illuc, modò ſurſum, modò deorſum conuertere neceſſarium eſt, quocirca iure merito Horatius huiuſcemodi exercitationem lippientibus obeſſe cecinit.

B *Luſum it Mæcenas, dormitum ego Virgiliusq;*
Namq; pila lippis damnoſum & ludere crudis

ſanè lachrymoſi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, vel minimo motu magis exacerbantur; quies verò eos recreat, iuuatq;, ſicuti & crudos; diximus enim nullam exercitationem obeundam eſſe, niſi peracta cibi concoctione, vnde fit, vt neque pilæ luſus vllo pacto conueniat, quibus crudi, atque indigeſti cibi ſtomachum adhuc male habent, veluti forte Virgilius alioqui ſtomacho debili natus, tunc erat, quando de ipſo ſic Horatius ſcripſit; quòd ſi qui ſunt, quorum ventres atque ſtomachi flatibus repleantur, & præ frigore doloribus vexentur, tantùm abeſt, vt exercitiū pilæ ipſis vllum nocumentum inferrat, vt potius calefaciendo, flatuſque inſigniter diſcutiendo non exiguam vtilitatem præbeat; qua de re laudandus eſt Cælius Aurelianus, qui inter cæteras pro colicis curandis exercitationes pilæ ludum præcipuè commendauit; quomo- Li.4. chro. cap.7.
C do item ſtomacho imbecillibus ſimili ratione commodum eſſe tradidit Cornelius Celſus. Paganica pila ob latitudinem atque duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius ruſticis, & duris corporibus, quàm Vrbanis conueniret, hodie, neque permittendum foret ualetudinarios, ſenes, atque pueros huiuſce generis motu exerceri. Harpaſtum, quod cum Græcorum harpaſto conuenire demonſtratum eſt, inter celeres & vehementes exercitationes adnumerari debet; quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potēs eſt, præcipuè autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicem congredientes, ſeque ne cōſtitutus in medio excipiat pilam, mutuo vetantes laborant, maximum id vehementiſſimumque eſt, multis, vt potè colli obuerſionibus, multiſque palæſtricis complexibus commixtum, lib.1.c.2. Gal.lib. de par.c.2.

 adeò

adeò vt caput, & ceruix colli obuerſionibus, latera verò thoraxque, & D venter faciei elationibus depreſſionibus, expulſionibus, obnixibus, alijſque palæſtricis prehenſionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parùm tenduntur. Et iccircò quemadmodum ſanos ac robuſtos harpaſtum magis confirmat, pariter eos magnopere lædere credendum eſt, qui vel caput debile, & collum infirmum habent; vel quibus in thorace vitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosque ſupercalefactos gerunt. Atque hæc ſunt, quæ de pilæ ludorum effectibus pro ſanitatis ſtudioſis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctę commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.

LVcta, quę ferè ſemper ab antiquis in magno vſu, atque exiſtimatione habita fuit, tametſi a medicis, vti diximus, nō admodum ad ſanitatem probata ſit, hodieque a nobilibus negligatur, & quaſi a ſolis ruſticis eo modo, quo apud Priſcos E ad athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro ſanitate tuenda, atque parando robore in vſu habent, quos fortaſſe quamplures alij imitabuntur, ſi, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obſeruata ipſis in medium proponémus: Quòd etenim lucta vehemēs, atque magna exercitatio ſit, Galenus & Auicenna præ cæteris ſatis teſtatum reliquerunt, vnde certum eſſe cuiuis poteſt ab hac ipſa eadem proficiſci, quæ a ſimilibus exercitationibus prouenire iam declarauimus; illud addendum erit, poſſe luctam ſicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, aliàs ſupra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium volutatorium nuncupari prædiximus; aliàs erecto corpore, ac vtrobique, modò vehementer, modò remiſsè. Neque id hoc in loco præteriri debet penes Latinos ſcriptores plerunque, aut ſaltem interdum ſub nomine palæſtræ luctam intelligi, perinde, ac græci nomine πάλης continuo ferè illam ipſam accipiunt: lucta quæ vehementer, F atque erecto corpore peragitur, ſecundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli verò ſententia firmium, & validum ſpiritum reddit, iteq; corpus ſolidum, ac muſcoloſum; neruos etiam confirmat, tandemq; naturales omnes actiones corroborat, prætereà carnem denſam illam quidem, & exiccatam, ſed tamen ex omni parte paucam adijcit, pinguedinē, tumores ac omnia œdemata aufert; ſi lucta fiat interpoſita aliquantiſper quiete magis, vt ſentit Ariſtoteles, ſudorem mouet, quando humor à requie collectus, mox exercitatione educitur; ſin continua agatur, modo ſolis corpore exiccare poteſt. Priuatim autem capiti prodeſt, in cuius

Lib. 1. c. 8.

2. de diæta.

loco citato

2 prob. 7.

A dolore luctationem iugem adhibito magiſtro peractam laudat Cælius Li. 1. chro. cap. 1.
Aurelianus, ſenſus exacuit, ob idque fortaſſe Theodorus Priſcianus illã lib. 2. c. 2.
pro melancholicis curandis imperat, ſtomachum præſertim frigidis op- lib. 3. c. 2.
preſſum morbis adiuuat, in quo palæſtram corpus agitantem conferre
idem Cælius memoriæ prodidit, non ſecus quoque frigidos ventres, ac
genitalia membra, ſiquando humoribus, aut flatibus ſollicitantur, ma-
gno iuuamento afficit, quum maximis illis conatibus, motibusq; vni-
uerſum prope corpus calefaciat, qua ratione Oribaſius palæſtram ſiue lu- lib. 6. c. 28.
ctã hydropiſim curare, Theodorus Priſcianus ſatyriaſim extinguere ſcri- Lib. 2. ad
ptis tradiderunt. Cæterum huiuſcemodi exercitatio ob ipſius vehemen- Timo. c. 21
tiam febricitantibus omnibus inimica exiſtit, vt non immeritò ab Hip-
pocrate fuerit acriter Prodicus reprehenſus, ꝙ luctationibus febrien- 6. Epid. cõ. 3. aph.
tes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri conſulit 32
Hippocrates hac obſcura ſatis ratione motus ne meatus cauiores effe- 1. de dieta.
B cti repleantur; faucibus, & collo magnopere nocet, quæ ſcilicet partes
dum in compreſſionibus plus æquo compinguntur diuelluntúrq;, dã-
na recipiunt, veluti eueniſſe Commodo Marci Imperatoris filio ſcripſit
Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationẽ oris paſſum fuiſ-
ſe recitat. Ad hæc thoraci valde aliena eſt, cui vel vaſis alicuius rupturæ, 1 lib. de pc.
vel ſpiritus interceptionis ex conſtrictionibus magnum impendet peri- ad Poſt.
culum; vnde non temere Galenus, ne ſuffocentur, periclitari luctatores 4. de rat. vi. in auct.
dixit, qui ſimiliter renibus, & lumbis malè affectis talem exercitationẽ In. 6. epid.
fugiendam eſſe voluit; quanquam Ruffus Epheſius, qui cum Critone com 3.
ſub Traiano Romæ in medicina floruit conualeſcentibus a renum mor aph. 6.
bo palæſtram minime interdixit. In vlceribus internis vitandum voluit 1 lib. de paſ ſionibus re num.
Celſus, ne vel luctando, vel curendo, vel alia ratione ſaneſcentia vlcera
exaſperentur. Præterea quum inter luctandum crura ſæpenumero inſi- li. 43. c. vlt.
gniter flectantur, debilitate crurum affectis aduerſari credendum eſt, ſed 2. de motu
hæc omnia intelligi debent de erecta palæſtra vehementer facta. Quæ ve muſ.
C rò remiſſius, & placide peragitur viceuerſa ſecundum Antyllum carnem
multam generat, ex quo fit vt ijs qui a morbis ſeſe reficere incipiunt, ſit
ſuperiore accommodatior ac minimo periculo robur, & fortitudinem
pariat, capiti, & thoraci prodeſt, neruos corroborat; de hac locutum eſſe
Plutarchum exiſtimo, vbi ſcripſit Lycurgum corpora virginum curſibus in eius vita
luctationibus, iactibusque diſcorum, & iaculorum exercuiſſe, vt quead-
modum germinum radix validum in acribus terris principium ſumens
melius germinat, ita & hæ partus robuſtè tolerantes honeſtè ſimul, ac fa
cilè aduerſus dolores repugnarent. Quæ porrò ſupra pauimentum effi-
citur luctatio, ſi credimus Oribaſio, præcordia atque inteſtina vitiata ad loco citato
iuuat, lumbos imbecillos, & genua infirma fortificat, ſed capiti eſt ine-
ptior: volutatio in palæſtra, quum a Galeno inter celeres exercitationes

recenſentur, ad extenuanda corpora accommodata erit, ſicuti pro minuen-
da polyſarchia a Cælio commendata eſt, & ab Aetio ſi in puluere fiat, ad
hydropiſim curandam, eam namque humores exhauriendo refrigerare
5. de tu. va. cap. 3. auctor eſt in. 11. de diæta Hippocrates, at ſecundum Galeni ſententiam ijs
magno ſtudio fugienda erit, quos ex leui cauſſa vertigines, comitiales
morbi, grauis ophtalmia, vel aurium dolores male habent, ſimili modo,
& illis quibus tonſillæ, & angina incidunt, quibusúe promptè in colu-
mellam, gingiuas, dentes, denique partem aliquam ex his, quæ circa col-
lum, aut totum caput habentur fluxiones procumbunt. Hactenus de lu-
cta, circa quam oriri poſſet multis dubietas, cur Galenus, qui gymnaſti-
cam artem omnibus alijs melius calluit, non modò luctam ferè nullibi
ad quicquam commendauit, ſed potius tanquam parum vtilem, aut om-
nino noxiam damnauit, quum aliàs dixerit luctatoribus vaſa pectoris rū-
pi, aliàs crura diſtorqueri, aliàs ſuffocari, aliàs luctam ea bene inſtituta re
publica odio haberi. At huiuſcemodi dubitationes ita diſſoluere licet,
ad Thraſ. cap. 41. quod ex ſententia ipſius Galeni verè palæſtra, ſiue lucta, per quā exigua
gymnaſticæ medicinæ pars extat, omnibusque exercitationibus homini
minus vtilis, ſiquidem ſecundum ipſum iaculari, currere, equitare, ſalta-
re, venari, nauigare, fodere, quàm lucta exerceri melius eſt, & ſicuti athle-
ticæ, gymnaſticæ luctatio magis accedit, atq; inſeruit, ita quoq; a medi-
ca longius recedit; vnde non eſt mirum, ſi Galenus eius exercitationis fa-
cultates explicare noluit, quā in medicina minimam commoditatem ob-
tinere credidit. Nos autem ea, quæ ab alijs auctoribus tradita inuenimus
explicanda eſſe duximus, non vt Galeni auctoritatem cæteris, vel ipſo ſu-
perioribus, quos male de exercitationibus ſenſiſſe ſcripſit, vel poſterio-
ribus poſtponam; ſed vt demonſtrarem, ſi quæ a lucta expectari commo-
Lib. de ſal. diæta. da debent, hæc ab auctoribus indicata, & nulla alia fore. De iſta namque
apud Hippocratem ſcriptum inuenio, quòd qui exercitationibus vtun-
tur, hyeme currere, ac luctari debent, æſtate verò luctari quidem parū,
currere autem minime; ſed multum deambulare, ſecundum ventum, ac
frigus. Quicunq; ex curſibus fatigati fuerint, eos luctari oportet, qui ve-
rò ex lucta fatigantur, eos currere expedit. ſic enim laborans fatigata cor-
poris parte, vel maxime calfieri, componiq; ac recreari queat.

De pugilatus, pancratij, & cęſtuum facultatibus. Cap. VI.

QVamuis inter cæteras exercitationes ad ſanitatem ſpectan-
tes pugilatus minimam ſibi partem vindicare videatur, po-
tiuſque athletarum, quàm ingenuorum hominum profeſ-
ſionis ſpecimen præſeferat, nihilominus ſi partes corporis,
quæ ſimili motu agitantur, accuratè contemplemur, neque illum ſine
aliquo

A aliquo fructu perfici ſtatim iudicabimus, nam tum brachia, tum manus
nonnullis vſque adeò huius exercitationis ope firmantur, atque conſoli
deſcunt, vt etiam lapides, atque ligna pugnis ferire, & magna ſpectantiũ
admiratione confringere non dubitent, quos certe illis partibus optime
valere firmaque valetudine frui nemo negaret, ideo quicunq; brachijs
manibus, atque digitis firmari, illisque robuſtè vti exoptant quã aptio-
rem exercitationem iſta requirere debeant non video, eo magis quod li
cet antiquitus ab erectis ſemper pugillatus exerceretur, poteſt tamen in
terdum neceſſitate vrgente non minus a iacentibus, & ſedẽtibus, quàm
ab erectis, & ſtantibus, ſeque mouentibus peragi, ſed differt non parùm
ab erectis ne, an ſecus peragatur, quoniam in erectis, & ſeſe mouẽtibus
primitus quidem ſuperiores partes exercitationis beneficium ſentiunt,
at inferiores quoque partes eo penitus non fruſtrantur, quod non con-
B tingit in iacentibus, vel ſedentibus, quorum inferiora penitus ocian-
tur. Nocet pugillatus capiti, neque ſatis mirari poſſum, cur Aretæus in
vertiginoſis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quæ dũ
admodum debilia ſunt, a plagis illis, & pugnorum percuſſionibus ma-
gnopere offenduntur, a quibus ſimiliter omnes illi cauere debent, qui-
bus dentes infirmi, & labantes ſunt. De manuum exercitatione memo-
riæ traditum eſt ab Ariſtotele, quod exercentibus manus ſudor magis 2.prob.5.
emanat, ſi cæteræ corporis partes ſimilem habitum ſeruent, quoniam in
ea exercitatione ſpiritus continetur, & partes ſub alis cordi propinquæ
fricantur, ex qua frictione cum calor increſcat, tum eius, tum frictionis
poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his
etenim exercitationibus omnibus locutum, Philagrium medicum apud
Aetium puto, quando nocturnum ſeminis profluuium exercitationi-
bus per ſupernas partes factis curandum mandauit. Quę frequentiſſi-
mè omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugillatus, & Pancra
C tium, luctæ, atque pugillatus minimus quidem fuit in gymnaſtica medi.
cauſus; ſed Pancratio multos, quibus aliquæ corporis partes malè affice-
rentur, ſe curaſſe gloriatur Galenus ex quo ſicuti Pancratio ſe exercẽtes
toto corpore, vt Pauſanias auctor eſt, certabant, ſimiliter credere debe- 2.de tu.val. cap.vlt.
mus illud moderatè peractum vniuerſo corpori ad robur acquirendum
prodeſſe; vehementer ſi fiat, ſolùm athletarum munus exiſtere; ad hęc
cum a Galeno inter magnas exercitationes recenſeatur, caliditatem au- 6.epid cõ.3
gere, & conſequenter frigidis habitibus apprimè conguere rationi cõ- aph.6.
ſentaneum eſt, id quod intellexiſſe Theodorum Priſcianum quem alij Li.2. ad Timotheũ.
Octauium, Horatianum Vindiciani Archipatrorum Valentiniani comi-
tis diſcipulum faciunt arbitror, quando ſcripſit hydropicos labore ni-
mio & continuis exercitationum quaſſationibus forſitan curari poſſe
ab Hippocrate edoctus qui hæc in v. Epid. ſcripta reliquit ὑδρωπιώδεα prope fine.
δε

δίον ταλαιπωρεῖν,τὸ δ' ἔργον quod itẽ innuere voluiſſe Cælium Aurelianum poſſibile eſt,vbi ſtomacho ſollicitatos varijs palæſtrarum exercitijs adhibito præceptore exercendos conſuluit,vt inflationes, ac frigiditates illius remouerentur,quæ omnia etiam de volutatorio pancratio ferè intelligi poſſunt,pancratij ſpecies, quã diximus. 2.lib. ſub σωματομαχεῖν notaſſe Galenum,quod ad craſſiores homines efficiendos mirificè conferret indicauit ibi Galenus ex gymnaſtarum iudicio, quo in loco perperam Latinus interpres athletas tranſtulit.Cæſtuum exercitationes de quibus apud medicos nullam propè mentionem factam inuenio, quin aliquod brachijs præſidium afferre valeant,negare minimè poſſum,quũ tamen exercitatio cæſtibus facta pugilatus ſpecies quædam foret, atque a Virgilio nomine quodam infami ſub hoc verſu notetur.

Li.5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere cæſtu.*

In hanc ſententiam venio,cæſtus apud medicos, ſiue in tuenda ſanitate, ſiue in curandis morbis,ſiue in acquirendo bono habitu nullum locum habere,atque ideo ſimilem exercitationem penitus omitti debere. Cæterum illud ignorari hoc in loco nolo,pugilatũ, & cæſtus exercitiũ abſq; antigoniſta quandoque vſurpatum,tuncque ſchiamachiæ, de qua infra loquemur, & ſupra quoque locuti ſumus, ſpeciem quandam extitiſſe, dum ſcilicet pugnis,& cæſtibus aerem dũmtaxat percutiebant,quæ profectò exercitatio veluti manus, atque brachia citra moleſtiam exercere valet pariter alteri cum aduerſario factæ præferenda ſemper erit; nempe quum plagis illis,atque percuſſionibus careat,quæ plerunque in huiuſcemodi pugnis vtrunque certatorem magna moleſtia afficere ſolent: quo circa ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati,aſſuetiúe (nam & Galenus ipſe in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur,cuiúe aſſuetus foret) brachia humeros,& manus corroborare,agilioresúe reddere percupiet, poterit citra vllius noxæ periculum ſeſe dũmtaxat aduerſus aerem in illo exercere,atque eo pacto ſine plagis,& grauibus percuſſionibus, delectationem ac vtilitatem optatam ſimul aſſequi,modò in reliquis ea omnia ſeruentur,quæ in cũctis exercitationibus obeundis ſtudioſè obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus.

Lib.3.c.4. — 2.de tu.va. cap. vlt. — Ca. 10.11. & 12.

De curſu naturæ. Cap. VII.

SIcuti pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos vſus apud medicos habuiſſe oſtendimus,ita curſum,quo pedes ferè ſoli exercentur,maximæ vtilitatis extaſſe, & próinde a medicis, atque gymnaſtis ſæpius commendatum fuiſſe demonſtrabitur,Quum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur,

2.de tu.va. cap.10.

A natur, quæ veloces ſunt citra robur, atque violentiam, negare haud poſ
ſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat, id quod cla
riſſimis verbis antiquiſſimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex 6.epid. c6.
gymnaſtarum, & medicorum ſententia aſſeruerunt. Eſt tamen in curſu 3.aph.2.
agendo multiplex diſcrimen quòd alius velocius, atque vehementius;
alius remiſſius & placidius peragi valet, & hac ratione illius effectus va-
riari neceſſe eſt, quemadmodum etiam currendi modi, dum variantur,
alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij
nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inæquales, vel mon-
tuoſas vias aguntur. Curſum quemcumque febrientibus detrimentum
afferre prudenter traditum eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a ne- 6.epid.c6.3
mine ægrotos curſibus curari ſcribentem de ſolo vehementiore ſermo- Aphor.31.
nem habuiſſe ſentio, quandò etiam in libro de paruæ pilæ ludo, illum ve ibidem
luti non ſalubrem, & plus ęquo vniuerſum corporis habitum extenuã- Aph.2.
B tem, nihilq; virilis exercitationis habentem iure improbauit, de hoc itẽ
currendi genere locutus fuit Antyllus, vbi curſum vehementem exerci-
tationem nuncupauit, alioqui Galeno repugnantem ſententiam tuliſ-
ſet. Eſt igitur curſus vehemens ferè ad ſanitatem defendendam noxius
potius, quàm vtilis, ſique vllum iuuamentum affert, proculdubio car-
ni, atque immodicæ pinguedini tollendæ confert, veluti comprobauit
Cælius Aurelianus, confert quoque ex Hippocratis ſententia valde hu- 1. de diæta.
midis corporibus, quò & ipſa humore exinaniantur, & humor am- lib.4. c.4.
plius, atque citius ſiſtatur ob quod & in ſplenis ægritudinibus quibuſ-
dam ſtrenuè adeo iuuare reperitur, vt Aetius Amidenus ſe aliquos no-
uiſſe referat, qui ſolis curſibus, & deambulationibus ab omni affectio-
ne ſint liberati. Peculiariter verò ijs valde nocet, qui capite aliquo pacto
malè afficiuntur, ex quo Ariſtoteles quærens cur, qui detrahere ad ima 5.partic.
genus omne excrementorum putatur, curſus ſi velox fiat, tam in homi- prob. 9.
num genere, quam in cæterorum animalium facit, vt capita a morbo tẽ
C tentur, dicit ideo euenire, quoniam motus velox, cum vires intendit, &
ſpiritum retinet, caput concalfacit, eiusque venas mirum in modum in-
flat, attrahẽteſq; reddit facultatis externæ, vt frigoris, & caloris, prętęrea
quæ in pectore ſunt, ſurſum attrahi cogit; ex quibus omnibus locum ſu
periorem ęgrotare neceſſe eſt; & icciro ſapienter Theodorus Priſcianus lib.2.ad Ti
ſcriptum reliquit curſum vehementem epilepticis eſſe penitus inhiben mot.ca.2.
dum, curſus moderatus, atque placidus ad corpora perbelle caleſacien-
da ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plu
rimùm valet; Priuatim autem defluxiones, atque catharros curare, &
alior ſum vertere idoneus eſt, & icciro ab Aretæo talis pro vertiginoſis
commendatur, ſicut & pro elephanticis ab ipſomet atque a Celſo, qui
vbi ſicca tuſſis aliquem exercet ſpiritu retento, ſed non in puluere cur-
ſum

ſum commendat vti etiam in faucium interiorum exulceratione, necnō in eo morbo quem Græci κυνικὸν σπασμὸν nominant, licet enim primū defluxiones excitare videatur, eas tamē tractu temporis, poſtea cohibet, & ob id iſchiadicis prodeſſe perhibetur, in quibus curſus initio vix crura moueri poſſunt, ſed vbi in medio ſunt, ita ꝓperant currentes, vt morbi prope modum obliti videantur; Stomachum ſtrenue firmat, ventres a flatibus & frigidis paſſionibus liberat, vt non ſine ratione ipſum in curandis colicis adhibendum conſulat Cælius Aurelianus, ſicut, & Aetius in hydropicis: ſplenis tumores deprimit, & ob id merito Thodorus Priſcianus ſpleniticos curſum appetere debere prædicauit. In renum morbis, & feminis profluuio ſe curſum adhibuiſſe, tanquā adſeruatū quodđam præſidium memoriæ prodidit Antyllus, quemadmodū, & ijs quorum viſcera torquentur, & qui fungos eſitarunt, vel a ſcorpionibus icti ſunt, eundem profuiſſe obſeruauit, quæ tamen ſententia in cunctis renum affectionibus minime probanda eſt, quoniam ſi patiantur vlcus, ſiue nuper ſint paſſi a curſu non parum detrimenti capere credidit Rufus Epheſius. Quod præter hæc talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exiſtit, non parùm adiuuet compertum habetur apud omnes. Quum igitur tot commoda ſecum vehat curſitatio, non ſine quoq; aliquibus incommodis (quæ eſt communis remediorum omnium natura) haberi poteſt. Eam namque in primis laborioſam eſſe magnus philoſophus Ariſtoteles probauit, vbi currentem ambulanti comparans, illū magis laborare perſuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus ſupra ſe totum ſuſtinet, ambulans verò parte inſiſtente viciſſim ſuſtentatur quaſiue parieti admotus requieſcit, qua ratione item contingere dixit, vt currentes potius quàm ambulantes cadamus: Curſus præterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimenti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata tranſit in ſpiritum; neq; verò huiuſcemodi exercitatio ſuapte natura vllum effatu dignum nocumentum generat, ſi tamen vel caput, vel thoracem non admodum firmum, vel vrinam ardore ſollicitantem inueniat, profectò morbos varios generat, id ꝗ de capite Auctor quarti acutorum victus libri ſignificare voluit, dum nonnullos ob curſum capite dolere ſcripſit. Quod item clarius confirmat Caſſius Iatroſophiſta, qui magna celebritate, & incredibili lucro vt Plinius teſtatur Romæ medicinam ætate Cornelij Celſi, a quo ingenioſiſſimus vocatur, exercuit. Hic enim in problematibus ſuis medicis cauſſam ſciſcitans, quã illis, qui leniter mouentur, ſi prius capitis grauitate laborent, poſt motum ſeſe leuatos ſentiūnt, qui verò currunt, & ſi nullam antea grauitatem perciperent, poſt curſum capite grauantur, ideò euenire dicit, quoniam in ſeſe placide mouentibus, materiæ ad inferiora deſcendentes,

lib. 1. ſer. 2. cap. 28.
lib. 2 ad Timot. c. 15.
6. coll. c. 22.
lib. de affec. ren.
5. partic. Prob. 38.
5. partic. Prob. 91.
4. de nat. acut. aph. 115.
Pli. lib. 29. cap. 1
In Proble. medius.

D E F

A ſcendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad ſuperiora reſiliunt, veluti contingere in pila ſuper pauimentum iacta cernitur, quæ ſi blande iaciatur, inibi quieſcit, ſin violenter, ſtatim ſupra reſilit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium ſpiritum anhelum, atque aſthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipſis vas in pulmone aut pectore rumpi, quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius diſpoſiti erant verum alijs vehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cùm ad Charinum velociſſime cucurriſſe, dici ex curſu rupiſſe ramicem, & iamdudum ſanguinem ſputare. ſub ramicis nomine pectoris venas latiores inſtar varicis ſignificans. Alioqui ſcriptum eſt ab Ariſtotele, eos, qui non concitatè admodum currũt, numeroſe ſpirare, quod ipſorum motus proportionatus efficitur, modumque reſpirandi ſenſibilem præſtans explicare numerum valet: illis, qui vel in bubonibus,

6.Epid. com.2. 7.Metho. In Mercur. 5.partic. prob.16.

B vel alibi rupturas patientur, curſum cauendum præcipit Paulus. Ad hęc ardorem vrinæ ex curſu augeri, & homines teſtari poſſunt, & cerui, qui inter currendum vſque adeò huiuſcemodi ardore ſtimulantur, vt niſi mingant, facile capiantur, quam rem animaduertentes ſagaces venatores, eos proſequuntur, nec mingendi ipſis poteſtatem faciunt. Curſum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicari traditum eſt a Cornelio Celſo, & ab Epheſio Rufo; Atque hæc omnia de curſu recta in anteriora facto a me explicata ſciantur, pro quo id ſilentio non eſſe prætereũdum duco, quod Ariſtoteles ſcriptum nobis reliquit; videlicet eos, qui curſum concitate agunt, conuulſionibus maxime corripi, vbi quis inter currendum eis obſtiterit, quandoquidem ea potiſſimum conuelluntur, quæ in partem contrariam vehementer trahimus, atque mouemus, vnde ſi homini currenti vehementerq; membra vltra propellenti quis obuiam factus obſtiterit, accidit vt in partem contrariã

lib.3.c.53. lib.4.c.8. ibidem prob.36.

C ea retorqueantur, quæ adhuc antè pertendunt, atque proripiunt, itaque conuulſio tanto vehementior incidit, quanto curſus cõtentè magis agitur. Curſus inſuper recta ad anteriora factus, atque longus ab Hippocrate nuncupatus ſecundum eius ſententiam ſi ſenſim fiat, calefacit, & carnem diffundit, verùm corpora tardiora, atque craſſiora reddit, multaque comedentibus vtilitatem præſtat. At recurſus in poſteriora ſecundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, ſtomacho, & lumbis accommodatus, atque vtilis eſt; iccirco non replet caput; Circularis verò curſus ſecundum Hippocratem carnem minime diffundit; attenuat autem, diſtendit carnem, & ventrem maximè, propte reaque acutiſſimo ſpiritu vtentes humiditatem in ſe ipſos celerrime trahunt qua ratione ab ipſo in ijs cõmendatur qui nigra aſtra in inſomnijs vident nẽpe quibus morbus forinſecus immineat. Caput valde offendit, vertiginesq;

2.de dięta. Oribaſius Loco citato. 2. de dięta. In lib. de in ſom.

vt

vt Theophraſtus ſcribit, abundanter ſuggerit; thoracem, & crura vitiat; D
ideoque repudiari omnino debet. Sunt curſus per accliuia magis labo-
rioſi, magiſque thoraci, & cruribus inimici; ſimiliter, & per montes: per
decliuia verò caput vehemētius afficiunt, viſcera omnia quaſſant, coxas
debiles perturbant; per plana curſus illa omnia præſtant, quæ iam decla-
rauimus: Cæterum qui tecto corpore obeuntur, & ſudorem mouendo.
in libro de vertig. magis humectāt, & carnem calefaciunt; ideoq; Cælius Aurelianus capi-
tis dolore laborantes vt veſtitos currere faciamus, magnopere curādum
li.2. ad Timot.ca.12. præcepit, quemadmodum Theodorus Priſcianus ſcriptis mandauit cur-
ſum cum veſtibus laneis peractum aſthmaticis prodeſſe hunc tamen de-
2. de diæta. li. de inſomnijs. coloratiora corpora efficere, quoniam ſincerus ſpiritus allabens ipſa nō
depurgat, ſed in eodem ſpiritu exerceantur, auctor eſt Hippocrates, qui
tamen eundem in illis probauit qui ſtellas deficientes in inſomnijs vi-
dent, ꝙ ſecretionē in corpore humidam, ac pituitoſam factam, & in ex-
ternam circunferentiam illapſam eſſe ſignificetur. Qui porrò nudis cor- E
poribus efficiuntur, ſicuti magnam ſudorum copiam eliciunt, ita gene-
roſè per occultos halitus euocant humores, corporaq; magis deurunt,
2. partic. prob.30. quocirca Ariſtoteles ſudorem, qui corpore nudo currenti prodierit,
etiam ſi minor ſit, magis laudat, quàm qui ſub veſte ſe prompſerit, argu
mento illorum, qui nudi curſum æſtiuo tempore actitant, quiùe colora
tiores redduntur, indutis currentibus non ob aliud certe, niſi quod, vt
omnes qui loca libera & aſpiratiora incolunt, melius colorantur, ijs qui
impedita, & ſilentia tenent, ſic etiam ſe ipſo quiſque coloratior eſt, quū
veluti ſpiritui afflanti placidè patet, quam quum perſtrictus, obductuſ-
que a calore nimio angitur; quod certè ijs accidit magis, qui veſtiti per-
currūt, & qui nimis dormiūt, quippe qui veluti adſtricti, & propemodū
ſtrangulati, minus reliquis ſeſe modico ſomno recreantibus colore flo-
rent. Curſum vniuerſim acceptum magis hyeme, quam æſtate ex vſu eſ
ſe credidit Hippocrates, ſiue Polybus in ſecundo de diæta libro, ex aduer
ſo Oribaſius tum hyeme, tum æſtate media conuenire ſenſit, cuius for- F
ſan ſententia verior iudicabitur, ſi ſudorē quis æſtate magis, hyeme mi-
nus procurandum cum Ariſtotele arbitratus fuerit, ſed de hoc iam ſu-
pra abunde diſputauimus, nec quicquam amplius remanet, quod ad fi-
niendum hanc curſus tractationem pertineat.

Quid præſtet ſaltus. Cap. VIII.

SAltum inter vehementes exercitationes, quę ex robuſta atq; celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & præſertim illum, qui ſine vlla intermiſſione iugiter continuatur; qua de re ipſum calorem natiuum augere & concoquen-

A coquendis cibis crudisúe humoribus conſerre apud omnes perſpectum eſt, licet poſtea capiti, atque pectori nocere ex eo conſtet, quòd in huiuſcemodi exercitationibus alterum vehementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorſi inflexionibus comprimitur, & ex compreſſionibus mox vaſa tam pectoris, quàm pulmonis franguntur, vt eueniſſe interdum narrat Galenus. Hoc præterea ſaltui commune ineſt, vt grauidas mulieres abortiri facilime præſtet; neque iſtud ab Hippocrate ſolùm, cæteriſque vetuſtiſſimis auctoribus, vbique confirmatum eſt, verũ ètiam ipſa rerum parens, optimaque magiſtra natura nos vberrime edocuit, nimirum quæ capreas, & cætera brutorum genera ſaltantia firmamentis quibuſdam vt indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta quibus fętus in vtero continetur, dum illa ſaltare coguntur, faciliter diſrumperẽtur; quod munimen cum humani generis fęminis nequaquam conceſſerit, opinor eo conſilio effeciſſe vt cognoſcerent homines, dum mulieres in vtero gerunt, quaſlibet ſaltandi occaſiones ipſis effugiendas eſſe.

5. Meth. in prin. de nat. pueri. 14. de vſu partium.

B Multæ ſunt ſaltus ſpecies, quarum duas Oribaſius Antyllum ſecutus nominauit, exilitionem videlicet, atque ſaltum ita propriè vocatum; de exilitione, quæ quodammodo curſui adſimiliatur, hanc ſententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, quum inflexionibus valentibus careat; materiam, quę ad partes ſuperiores rapitur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, ſeſe non alentibus, ex carnibus, ſtupidis, atque tremulis præſidium afferre; hanc etiam intellexiſſe opinor Suetonium, vbi Auguſtũ ambulare ſolitum, ita vt in extremis ſpatijs ſubſultim decurreret, ſcribit, quaſi ſic infirmitati coxendicũ femoris, & cruris ſiniſtri, necnon veſicæ calculis, quibus afflictabatur, ſępe occurreret: de ſaltu verò propriè ſic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, ſed quia thoracem nimis, & violẽtia motus, & magnis inflexionibus concutit, eius affectionibus minimè cõuenire; verũtñ, & ad motum, & ad actiones promptũ corpus valde reddere; quòd ſi

in ei' vita cap. 83.

C ad nates efficiatur ſaltus, qualem Lacęnarum mulierum fuiſſe iam diximus, caput ex eiuſdem Antylli ſententia, peculiariter purgat, & purgando ſiccat atque de hoc mentionem feciſſe Aretæum puto, vbi in vetere capitis dolore ſaltum, & ξυνεωπαίδευτον ἀνειλησιν laudauit, ſicut & ἀφαλσιν in vertiginoſis, euocat etiam menſtruas mulierum purgationes, & fętus nimiùm adhærentes expellit, quemadmodum antiquus auctor Hippocrates teſtatum reliquit; ſecundas quoque retentas quaſſationis merito deijcit, necnon vterum, qui ſupra ſeſe contraxit, in ſuum locum trahit, hęmorrhoidas prouocat, lapillos ex renibus ad veſicam detudit: genibus tamen ob continuas, & nimis violentas flexiones: ſummopere nocet. Qui verſus altum peraguntur ſaltus ſicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt, qui ad inferiora fiunt, caput a ſuper-

lib. 2. c. 11. Lib. 1. cur. chir. c. 1. I lib. de na. pueri.

fluitatibus,quas reclinant ad infimas partes,emundant, crura corrobo- D
rant; cæterum viſcera omnia vehementius quaſſant, & ob id etiam qui
vel hernias patiuntur,vel quas vocant alias crepaturas,vel varicibus cru
Lib. 3.c.53. ra tumida gerūt, huiuſcemodi exercitationes ſummo ſtudio ex Pauli ſen
tentia vitare debent,ſed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de cau
ſa a deſtillationibus ad pedes,tumoribusque omnibus moleſtantur: ſal-
tus igitur hi ſunt effectus,quem vbi purgatio ac phlebotomia neceſſaria
eſt,nec vel ætatis ratione,vel ob aliquod aliud impedimentum vlla ea-
rum adminiſtrari poteſt, pro ipſis ſupplere, redundanteſque humores
6.epid.cō.3 aph.2. exinanire manifeſtauit Galenus; licet poſtea apud varios medicinæ au-
ctores, & potiſſimum apud Rufum Epheſium inuenerim eundemmet
Lib. de paſſionib. ren. ſaltum ijs obeſſe, qui facilè ſanguinis mictum,aut fluxum,quiúe renum
imbecillitatem,ac feruorem incurrunt,necnon vlcus in ipſis aut habent
aut mox habuerunt: quinimmo etiam ſanis renibus interdum a ſaltu va
lido frangi venas ſcriptum eſt apud Aetium quæ omnia de ſaltu ſimpli- E
citer facto intelligenda eſſe volo. Qui enim manibus vel lapide, vel plū-
bo, vel aliquo alio plenis ſaltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, vt di-
cebant Ariſtoteles & Theophraſtus quòd illi inanem iactantes manum
5. partic. Prob. 8. maiorem brachio laborem pariunt,hi verò minorem, ſiquidem brachiū
1 lib. περὶ κόπων. inani iactatione quaſi conuellitur, quū in nulla re nitatur; in iactatio-
ne verò punduſculis manu apprehenſis facta nulla huiuſcemodi conuul
ſio contingit,quandò ſaltans id manibus tenet,cui quaſi nititur,quo mi
nus fatiſcat,haud aliter,atque currentes, qui dum manus inuicem qua-
tiunt,velocius procurrunt, quàm manibus tenſis, atq; ocioſis, quoniā
Ariſto. lib. de cōi aīaliū greſſu. ita quaſi ſeſe ſuſtentant, in eaq; manuum diuaricatione, &explicatione
innixi vehementius, firmius, & conſequenter velocius mouentur.

De Halterum conditionibus. Cap. IX.

HAlteribus factam exercitationem duram eſſe, atque vehemē- F
2.de tu.val. Orib.lib.6 cap.34. tem præter Antyllum comprobauit, quoque ipſe Galenus,
dum in huiuſcemodi pōderibus apprehendendis, iactandiſ-
que muſculos omnes, atque neruos validiſſimè intendi con
feſſus eſt; qua ratione efficitur, vt affatim corpus calefacere hæc exercita-
tio idonea ſit, & præſertim dorſum, quod maximè in iactandis halteri-
bus fatiſcere videtur; præterea carnem creat; priuatim verò ſuperiores
partes ab illa exerceri memoriæ mandauit Galenus cuius ratione ante ip
ſum Aretæus huiuſcemodi exercitationē in antiquo capitis dolore, qui
6.de tu.va. cap.14. paulatim finiatur vſu probauit, veluti etiam in cœliacis, ſed Oribaſius
2.cur.chro. cap.1. Antylli auctoritate humeros ipſam exercitare, ſtomachoúe, quem deſflu
xio infeſtat, quiquę imbecillus eſt, & in quo cibus aceſcit, ſiue cum labo
re

A re concoquitur, accommodari ſcribit: laudat in arthriticis Cęlius Aurelianus, vt primò manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palæſtritæ halteras appellant, tum primò cerei, ſiue lignei cum paruo plumbo interclufo mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Galenus cuidam, qui mordax, præcalidumque ſemen inter emittendum ſentire non tantum ſe, ſed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat inter cætera auxilia ſeſe halteribus exerceret ſuaſit, quem poſtea ſecutus Alexander Trallianus in priapiſmo curando huiuſcemodi exercitationem commendauit, quòd animaduerteret ipſam non modò ad retundendum, infirmandumque ſemen, verumetiam ad materiam in diuerſum trahendam, ſpiritusque flatulentos digerẽdos conducere; ſimiliter quoq; Gal. in vlcerum crurũ curatione, niſi quid aliud impediat, halteribus peractam exercitationem ꝓbauit, propterea quòd ſic impeditur, quò minus humores vlceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem etiam, vbi purgatio, aut phlebotomia requirit, nec eas ætas, aut ægrotantis voluntas permittit, loco ipſarum ſupplere iudicauit. Verùm enim vero neque capiti, neque thoraci ſimilem exercitationem congruere vllus affirmaret, quorum alterum nimis, atq; inæqualiter agitatur, alterius autem vaſa, ne ob maximam, qua brachia vtuntur, vim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet, quam rem forsſe conſiderans Martialis, foſſionem, quam Galenus, & exercitationem ſimul, & opus fecit, ſicut ſupra oſtendimus, huic exercitationi propoſuit ſub hiſce verſibus.

Li. 5. chro. cap. 2.

6. de tu. va. cap. 14.

lib. 9. c. vlt.

de cõp. me. per genera cap. 2.

B

6. epid. cõ. 3 aph. 2.

Quid pereunt ſtulto fortes haltere lacerti,
Exercet melius vinea, foſſa viros.

lib. 14.

Huius quum ſecundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia pręſtare creditur, quæ iam enarrauimus. Alterum verò particulari quadam facultate crura, neruoſque confirmare, & materiã deducere ſcripſit Antyllus; veluti, & tertium ſpinam, iliaque iuuare, & mollire, ſed caput peſſime afficere dixit. Vnum illud hiſce omnibus adiungere opportunum duco, quòd quamuis hac tempeſtate figura illa halterum antiquorum à Pauſania deſcripta in vſu non habeatur, quum tamen loco eorum apud alios maſſulæ plumbeæ, ferreæúe, apud alios lateres, ac lapides ꝓpè ſphęrici & graues vſurpentur, nihil figura illa refert ad variandos effectus, efficiendumúe, ne eadem facultas tam in vſu noſtrorum, quàm in priſcorum inueniatur, eo magis quòd haud ſecus qui hodie ſeſe exercent in lapidibus, vel maſſulis proijciendis, brachia, dorſum, omneſque ſuperiores partes mouent, contorquentúe, ac faciebant antiqui halterũ exercitatores, vt hac vna ratione omnes effectus a nobis ſupra expoſiti in noſtris etiam exercitationibus expectari debeant.

C

5. Eliacorũ

De diſci, atque iaculationis effectibus. Cap. X. D

DE diſco quamuis apud medicinæ probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idque fortaſſe locus iſte dimitti poſtularet, quoniam tamen a Galeno proditum fuit diſci iactum, nedum exercitationē apud antiquos extitiſſe, in gymnaſijsq́; fieri ſolitam, verùm etiā inter vehementes exercitationes haud poſtremū locū obtinuiſſe, atq; hodie quoq; apud multas nationes in vſum exercēdorū corporū venire, próinde ſiccis (vt aiunt) pedibus præterire illum omnino nolui: Quo circa in primis ſciendū erit hanc exercitationem, modò in cæteris non delinquatur, accommodatè calefacere, & ꝓpterea frigidis corporibus, atq; illis, quibus veloces exercitationes negantur, perfectè conuenire, necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderatè corroborare; quum etenim magni atque vehementes obnixus in longius diſcum proijciendo requirantur E fit vt vehementia motus, ac muſculorum intenſione artus magis ſolideſcant, & ab excrementis purgentur, cuius purgationis merito conſuluit

In .6. epid. co. 5. aph. 2. quandoque Galenus, vt ſi quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipſæ aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum vice per diſcum facta exercitatio admitteretur, quæ nimirum id præſtaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptaretur: peculiariter autem exercitatio iſta brachia, lumbos, ac denique vniuerſum dorſum corroborare idonea eſt, quæ ſcilicet partes in ipſo maxime omnium agitantur: in vertiginoſis quoque ab Aretæo commendatur. Ab illis verò magnopere euitarī debet, quicunque aut renes, aut thoracem malè affectos gerunt: nam illi feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam diſſolutionem contrahunt; huius interna aliqua vaſa, vt teſtatum fecit Galenus, non rarò diſrumpuntur. Et ne quis credat eandem exercitationem extitiſſe halterum, atque diſci, ſciendum F

lib. 2. c. 12. præter variam vtriuſque figuram iam à nobis in ſuperioribus libris declaratam, hoc quoque diſcrimen habuiſſe, quod halteres varijs contorſionibus altius agebantur, diſcus verò, & ſi in altum proijceretur, tamen lōgitudo ſpatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempeſtate faciunt, qui ſeſe in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus videntur, qui olim in diſcobolis viſebantur: Iaculatio porrò ſicuti a diſci iactu parùm in ipſa proiectione differre videtur, ita quoque vires ſimiles & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum eſt; quò fit vt pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur; illud minimè ſilentio obuolui debere ſentio, veteres ſcilicet non ſine myſterio Æſculapium, atque Apollinem, ambos medici

A næ auctores ambos ſanitatis magiſtros arti iaculandi tanquam Deos pręfeciſſe; nimirum hac ſententia inuentes huiuſcemodi exercitationẽ bonæ valetudinis conſeruationi, boniq́ue habitus acquiſitioni ſtrenuam opem afferre, cuius exercitationis poſtquam plures ſpecies effecimus, alias a iaculorum, ſiue ſagittarum varietate deſumptas, alias ab arcubus ſeu baliſtis, quibus illæ eiaculantur acceptas, omnes eandem planè facultatem poſſidere autumo, niſi quòd eos, qui in ferreis vocatis palis proijciendis exercentur, hoc admonitos velim, vt magnam curam adhibeãt, quoniam ſæpe numero peritonæum diſrumpi, inteſtinaque in ſcrotum deſcendere, & per conſequens hernias in ſimilibus exercitationibus generari experientia compertum eſt; cumq́ue in emittendo maxima vis, atque intenſa ſpiritus retentio adhibeatur, pectori adſtricto, atque infirmo huiuſcemodi iaculationem aduerſari reputo. Non eſt quoque illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriæ prodidit Philoctetem ſcilicet dum cruciaretur non ferendis doloribus propagaſſe tamen vitam aucupio, ſagittarum iaculatione facto, quod faceret ne exercitatio ipſa, an delectatio illam inſequens, mihi ab vtroque factum veriſimile videt. 5. de finib. bo. & mal. B

De deambulationum qualitatibus. *Cap. XI.*

SI vllum eſt exercitationis genus, quod illis qui ſanitati operam nauant, maximè quærendum, atque cognoſcẽdum ſit, quodúe cęteris quibuſcunque frequentius a cunctis ferè hominibus, omniq́; tempore exerceatur, vnam proculdubio deambulationem eſſe nemo negabit; ſi quidem nullus eſt, ſiue puer, ſiue adultus, ſiue ſenex, qui non modò eam præſtantiſſimam, ſed ſolam exercitationem non credat; pauci tamen reperiuntur, qui vel ratione, vel longo vſu, quibus quæq́; corporis partibus, & proſit, & noceat perfectè animaduerterint, id quod eueniſſe exiſtimo, cum ob varias illius ſpecies, tum ob poſteriorum hominum incuriam, qui & in huiuſcemodi rebus, & in quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atq; oſcitantius ſeſe geſſerunt. Quamobrem operæprecium facturum me eſſe ſpero, ſi deambulationũ ſpecies præcipuas recenſens conſequenter quid vnaquęq; tam boni, quàm mali efficere valeat demonſtrauero; ſed duo ante cætera ab omnibus conſiderari cupio. Primum, quòd ſæpe inuenire eſt apud auctores medicinæ Græcos, & Latinos præcipi ſimul ambulationes, & exercitationes; quaſi illæ ab his ſeparatæ nec exercitationes ſint, quorum ſententias ſic interpretari volo, vt ſemper, dum ipſas ſeiungunt, ſub nomine exercitationum, eas quæ propriè ita appellantur, ſignificent; cum ambulationes communiter, & non propriè exercitationes appellari mereantur: Alterum eſt duas Galenum, & eos qui ipſius doctrinã ſecuti fuerunt, deambulationis principales ſpecies tradidiſſe, al- C

N iij teram

teram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon poſt relictos D
aliarum exercitationum labores adhiberi ſolitam, de qua non eſt nunc
inſtituti noſtri multa verba facere; aliam ſimplici nomine deambulatio-
nis appellatam, qua vti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad re-
parandam valetudinem, aut in ſanis ad conſeruandam, atque augendã
maiores vtebantur, noſq; vti poſſumus; atq; de hac erit tota noſtra tra-
ctatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, vt fecit in cæte
ris exercitationibus, aſſignauit, quoniam quum tot ſpecies habeat, non
parùm diuerſas, ſub vnica illas omnes differentia comprehendere impoſ
ſibile videtur. Deambulationes itaq; diuiduntur tum a motu ipſo (vt
ſic dicam) earum eſſentia exiſtit; tum a loco in quo perficiuntur; tum a
tempore. A motu, quoniam aliæ celeres ſunt, aliæ tardę, alię vehemen
tes, alię remiſſæ, aliç multæ, aliç paucæ, aliæ mediocres, aliæ longæ, &
rectæ, aliæ breues, & reuerſiuæ, atque hæ, vel totis pedibus, vel ſum
mis digitis, vel calcibus. A loco quoniam aliæ fiunt in montibus, aliæ E
in vijs planis; & quæ in vijs planis, aliç in inæqualibus, aliæ in æqua-
libus, & vel ſub porticu, vel ſub Dio, vel ſub Sole. A tempore quoniam
aliæ fiunt hyeme, aliæ æſtate, aliæ mane, aliæ veſpere, aliæ ante cibum,
aliæ a cibo. Tot enim deambulationum diſcrimina (ne minutius re-
partiar) apud auctores, atque ex ipſa rei natura, experientiaúe repe-
rio; quarum nonnullæ ſanè poſſunt eſſe apotherapeuticæ, ſicut apud
antiquos fuerunt, At ſciri debet tunc illas in vſum venire, quan-
6.colle. cap.21. do iam confectæ ſint grauiores exercitationes, ſiue poſt purgationes
quas medicamenta fecerint, & poſt ſublitionem oculorum, & poſt co-
pioſum vomitum; atque hoc deambulationis genus aptum eſt animum
remittere, ſpiritum commutare, in ordinemq; adducere, quæ diſtenta
ſunt ſoluere, itemq; thoracem purgare, & facilem reſpirationem redde
re, inſtrumenta ſenſus roborare, ventriculum firmare, & quod maximi
refert, omnem affectionem, quæ laſſitudinis ſenſum infert, quæque per
2. de dięta. prope finē. turbat, explicare, atque diſſoluere; de iſta loquebatur Hippocrates quan F
do ſcripſit deambulationes poſt exercitationes corpora pura reddere,
attenuareq;, minimè verò pmittere, vt caro prę labore colliquetur, ſed
ipſam depurgare. Atqui deambulationem ſimplicium mediocris cæte-
16 famil. Epiſt.lib. ris omnibus magis ex vſu eſt; de qua intelligendus eſt M. Tullij locus,
quando is Tironi conſulens, vt valetudinem curaret, ab ipſa quinque
poſtulari ſcripſit πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυ-
σίαν κοιλίας, ideſt ciborum coctionem, triſtitiæ carentiam, ambulatio-
nem moderatam, oblectationem, & alui ſolutionem facilem; mediocrē
autem appello ambulationem quæ inter differentias enumeratas nihil
alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta ſit, quemad-
modum ambulationem auxiliaturam eſſe debere tradidit Antyllus, quæ
vt

A vt ſentit idem capiti,oculis,gutgulioni,thoraci,niſi adſit ſputum ſangui Orib.ibidẽ
nis,male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca quando ſeſe de- 7. epiſt.79.
ſtillationi a qua valde afflictabat, deambulatione ſuccurrere fatebatur.
hanc eandem pro inſania, proq; aſthmate curandis Cælius Aurelianus Li. chro. 1.
commendabat: eſt verò etiam maximè vtilis ſtomacho humeſcenti,do- c.5.& lib.3.
lenti,& in quo alimenta coaceſcunt,corrumpunturúe. In arquatis,ſiue cap.1. 9.de comp.
ictericis curandis ea vſus Archigenes inuenitur; ſimiliter efficax eſt ad med.ſ.l.c.1
mulieres,quibus ſuppræſſę ſunt purgationes,& quum aluus ſiſtitur,ci- 31.
bi ſupernatant,vrina retinetur,non mediocriter quoque coxēdicis mor
bis prodeſt,& ad ſummam omnibus ijs, in quibus neceſſe eſt aut a ſu-
perioribus partibus ad inferiores aliquid defluere,aut quæ ad inferiores
partes propenſa feruntur, excernere: iam verò febrientibus omnibus
deambulatio huiuſcemodi obeſt,nimirum quæ, vt ſentit Galenus calo- 6.Epid.
rem,& conſequenter febres augeat; nocet epilepticis,ſanguinem excreā com.3.
B tibus,mingentibusúe,aut ſeminis defluuium patientibus: porrò velox aph.3.
deambulatio magnopere calefacit, multitudinem carnis,ſi quid aliud,
tollit,cuius gratia Cælius Aurelianus eam in colicis affectibus, in qui-
bus requiritur calor, atque in polyſarchia adhibendam eſſe iudicauit. Li.4.chro.
Ambulationes tardæ ferè eadem præſtant, quæ ab apotherapeutica effi- cap.7. & lib.5. c.vlt.
ci diximus,quo circa valetudinarijs ſenibus imbecillioribus, & ijs qui
poſt cibum ambulare delectātur,quiúe nuper a ſomno expergiſcuntur,
aut ad maiores exercitationes ineundas ſeſe præparare volunt, aut qua- 2.de acutis
uis parte dolent,accommodatæ erunt. Has etiam eſſe crediderim, quas 3.1.doct.a
Hippocrates,Auicenna,& Haly a cęna ad magis cibum in ventriculi fun cap.7.
do vbi citius abſoluitur coctio,accommodandū probarunt,quasúe Ga- par.1.13.
lenus.7.Methodi pro reficiendis corporibus exiccatis commendat. In ca 7.Metho.
pitis dolore Cælius Aurelianus probauit, vt laborans deambulatione 1. chronic.
exerceretur,primò tarda,dehinc medio tempore fortiori, atque paulò cap.1
erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē Cap.4.
C probauit, nempe quæ ſine capitis cōcuſſione humores a ſupremis ad in-
fima deducere,eos leniter diſſipare,attenuare,& vniuerſum corporis ha
bitum citra noxam calefacere valeat; quarum omnium gratia eā in quar
tanarijs,vbi paroxiſmus non affligit,iuuare, minorem fatigationem q̃
ſtare pedibus afferre tradidit Galenus in ſpirandi difficultate & in ſacro 1.ad Glau.
igne ſimiliter,quem græci ἕρπητα,Scribonius, Zonam, Plinius vicinū li. de palp.
vocant,ambulationem huiuſcemodi conducere teſtatum reliquit Cor- conul.& ri.
nelius Celſus; quam & pro elephantiaſi curanda in vſu habendam eſſe lib.3.de re-
conſuluit cum eo Cælius: vehemens ſiue nimia deambulatio frigidos med. c.33.
quidem adiuuat & ea ratione a Celſo addebellandū corporis tremorem lib.4.c.4.&
vſurpatur; anhelitum auget,& flatus diſcutit,ac capita debilia magnope lib.5.c.28.
re perturbat,& ob id iure reprehendendus eſt Praxagoras,qui in epile- Li.4. chro. cap.3.

Cel.lib.1. cap.4.

pticis plurimas,& vehementi motu celebratas deambulationes adhibe- D
bat; pedibus ſimiliter debilibus,& ſuſcipiędæ podagræ expoſitis nocet,
quandoquidem ob nimias deambulationes non rarò iſchiadicos dolo-
res & podagram generari ſcribit Galenus; ſicuti ex aduerſo remiſſam ar
thriticis,& podagricis & vlceribus intermis conuenire inſinuarunt Cel
lius,& Celſus vbi deambulationē molli ſtramine,coæquato ſolo peractā
ipſis commendauit debent enim (vt ſcriptū eſt a Tralliano) qui podagra
& articulorum affectionibus turbantur μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ
moueri,potiſſimumq́ue ante,& non poſt cibos. Nam laſſitudo his maxi
mè aduerſatur,vt quæ articulos plus iuſto calefaciat,& inflammet ipſiq;
aliam rurſus materiam ex longinquioribus particulis ad ſe attrahentes,
arripientesúe fluxibus iugiter cauſam ſuggerant. Multa deambulatio ſe
cundum Antylli ſententiam iuuat eos,qui caput vel thoracem malè af-
fectum habent,& quibus infirmæ corporis partes nō nutriuntur, qui- E
úe in exercitationibus vehemētiori motu egent; pauca verò prodeſt ijs,
qui poſt exercitationes non lauantur, quibus à cibo deambulationibus
opus eſt,vt is in fundum ſtomachi deſcendat,& quibus grauitas in cor-
pore ſentitur. Longa & recta ambulatio minorem, quàm breuis mole-
ſtiam patit,capiti prodeſt,vt non immeritò Cælius,atq; Cornelius Cel-
ſus epilepticis curandis eam ex vſu eſſe iudicauerint; at nimis exugit hu
miditates exiccatúe,ob idq́ue meritò accuſandus eſt Themiſon,qui atro
phia laborātes duodecim ſtadiorum ſpatium greſſu conficere ſuadebat:
Lōga & concitata ſingultui comprimendo ſecundum Aetij ſententiam
ſtrenue prodeſt breuis ſicuti magis fatigat,quum(vt dicebat Ariſtoteles)
ex motu & quiete inter reflectendum orta conſtans diuerſitatis illius
opera laborem inferat,ita quoque reuerſionibus illis continuis caput la
befactar,& propterea ab eodem Cælio non ſine ratione epilepticis dam
natur; cuius rei cauſa ambulatio quoque circularis meritò improban- F
da venit,vt potē quæ caput vertiginoſum reddat & oculis vehementer
noceat. Nam Caſſius medicus antiquus in libello problematum, quem
græca lingua conſcripſit cauſam indagans,ob quam motus recto trami-
te facti vertiginem non generent,ſed ſolùm circulares,ob id accidere di-
cit,quia motus recti minime difflationem materiæ impediunt, circula-
res verò eam fieri non ſinunt,quòd aer vehementius illis prohibeat, ad
hæc materiæ intus agitantur,quemadmodum & foris, vbi circumlatæ,
neque foras prodire valentes motum in capite vertiginoſum afficiunt,
ſicuti namque icterici omnes externos ſapores amaros ſentiunt, & qui
ſuffuſiones in oculis patiuntur,quoſcunque colores rubeos iudicant, ſi
militer in circularibus motibus,quum in oculis humores in orbē agan
tur,omnia externa circunferri videntur,ſicq́ue vertiginoſa paſſio obori-
tur. Ex ambulationibus, quæ cum intenſione crurum calcibus incum-
bendo

Oribaſius ibidem lib.1.c.4.
Lib.3.c.33
Cel.lib.3. chroni.c.7.

Prob.38.

A bendo fiunt, quemadmodum ſcriptum eſt ab Antyllo, capiti male affe-
cto conueniunt, itemque thorari humidiori, vtero conuulſo, purgatio-
ni ſuppreſſæ, partibus inſernis ab alimento fructum non capiētibus, &
omnino quibus materia ſurſum repit. Quæ verò extremis digitis obeun
tur, eas obſeruatum fuit propriè lippientibus, & aluo ſuppreſſæ vtiles eſ
ſe. Quæ verò totis pedibus fiunt, quum ſub aliqua ſemper prædictarũ
differentiarum comprehendantur, ipſarum etiam facultates obtinere ra
tioni conſentaneum eſt, atq; hæc de ſpeciebus ab ipſo motu deſumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. *Cap. XII.*

INter deambulationum ſpecies, quæ a loco accipiuntur, illæ,
quæ fiunt in montibus, aut aſcendendo, aut deſcendendo
exercentur; ſi fiant aſcendendo, validè profectò vniuerſum
B corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo 2. de tu. ua.
motus genere, & perinde, ac onus quoddam ſuſtineretur ab ijs, quæ pri cap. 9.
mum mouentur inſtrumentis, reliqua corporis mēbra vniuerſa: ſcribit 2. partic.
Ariſtotel. ambulationes per accliuia, tametſi ſint hebetes motus, magis prob. 38.
ſudorem prouocare, quàm per decliuia, nec nō ſpiritum proſiſtere, quo-
niam graui cuique, vt deorſum ferri ſecundum naturam eſt, ſic ferri ſur-
ſum contra naturam exiſtit, itaque caloris natura, quæ noſtra prouehit
corpora, vt nihil per decliue laborat, ſic per accliue preſſa onere nititur
acriusque ob eiuſmodi motum incaleſcit, & ſudorem mouet, & ſpiritũ
proſiſtit, quum etiam corporis varius inflexus non nihil afferre cauſæ
poteſt, vt directa ſpirandi reciprocatio auferatur, qua ratione ſecundum
Antylli ſententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui ſpiritum exiguum
ducat, & præſertim ante cibum confert, maiorũq; exercitationum vice
nonnunquam ſupplet. Legitur de Demoſthene conſueuiſſe ipſum aſcen
C dendo deambulare, atque inter ambulandum orationes pronuntiare,
quò ſic productæ ſpiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus ha
bent, aſſueſceret. Verùm enim verò genibus infirmis eadem valde ad-
uerſatur, propterea quòd dicebat Ariſtoteles dum aſcendimus, nos cor-
pus ſurſum iactare, diſtentionemque corporis & genuũ mouere; ad hęc
genua ipſa, quæ ſecundum naturam in anteriorem partem flecti nata
ſunt, quaſi contra naturam flectere retro, ob idque magnopere dolere
atque laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quę deſcēdendo obi-
tur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida
non parùm lædit, nimirum quæ & eiuſdem Ariſtotelis ſententia in hoc 5. partic.
motu contra Naturæ inclinationem antè aguntur, quaſique mouendo Prob.
crura vniuerſi corporis pondus ſuſtinent, & próinde vehementer fati-
gantur. Ambulationes quæ tum aſcendendo, tum deſcendendo pera-

guntur

lib.1.c.2. guntur a Cornelio Celſo comprobantur, eò quòd ita varietate quadam D corpus vniuerſum moueatur, niſi tamen id per quam imbecillum ſit. Quæ verò fiunt in vijs planis, & æqualibus ex ſententia Ariſtotelis ob motus, quam ſeruant (vt ſic dicam) vniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturæ, quam tenent ſimilitudinẽ, citius labores finiũt, necnon ad ſpiritum, & ad corpus æqualiter conſtituendum magis accõmodatæ ſunt, quàm factæ in inæqualibus. At deambulationes per inæquales vias factæ non modò minus fatigant, verùm etiam vtiles ijs ſunt, qui citò deambulando defatigantur; atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quæ in vijs peraguntur, minori cum labore fieri ſcripſit, quàm eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus, hoc idẽ

Oribaſius Loco citato. In Oecon. innuere voluit Acumenus medicus apud Platonem in Phædro vbi ambulationem in vijs ambulationi in curſibus præpoſuit, de quo ſuprà latius diſputauimus; neque aliud intellexit Iſchomacus apud Xenophõtem, quando ambulationem, qua ipſe in agrum ſeruum cũ equo ſequebatur, ambulationi in xyſtis factæ prætulit, in his tamen diſterminandis E valde refert, nunquid in pratis, an in locis aſperis, an in harenoſis efficiã tur; quoniam ſi fiant in pratis, blandiſſimæ ꝓculdubio ſunt, nihil omnino ſenſus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris ſuauitatem, tum propter humiditatem, quæ illis inhærer, au ctor eſt Antyllus. Factæ in locis aſperis caput replent. Quando autem in harena; & maxime profunda (quod genus eſt vehementiſſimæ exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasque; cuius gratia Auguſtus dum coxendice, & femõre, & crure ſiniſtro, non perinde valeret, immò ſæpe inde claudica

In vita Auguſti.c.80. ret, hac deambulatione confirmabatur; ſic enim locum Suetonij interpretari debere cenſeo: ad materiam ſubinde, è ſupernis ad infernas partes deducendam, eamque diſſipandam potentiſſimę exiſtunt, & ideo ma

lib.2.chro. cap.1. lè forſan a Cęlio taxatur Eraſiſtratus, quòd deambulatione in harenoſis locis paralyticos exercendos ſuaderet: ſub porticu factæ ambulationes, F

lib.3.c.2. aut loco concluſo, vt ſpelunca & ſimilibus a Celſo, & ab alijs non admodum probantur, quandoquidem aere libero non fruuntur, ſed intemperato, vitioſo, craſſo, corpusque vniuerſum replente; niſi tamen porticus, aut loci cooperti in locis ſint domus ſuperioribus, ac tabulis ſtratis, vbi ambulationes cæteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quòd vaporum, qui e terra effluunt, ſint expertes, aeremq; puriorem habeãt. Nec opponendum eſt huic ſententiæ noſtræ, quòd antiqui cryptoporticus in vſum iſtum, ex ædificatas haberent; quia illis dũtaxat vtebanť, quando pluuiæ, tempeſtates, aut immodici ventorum impetus, aeriſq; iniquitas vetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Cæterum quæ fiunt ſub Dio, omnes factis

A ctis in porticu a Cornelio Celſo præferuntur; a Vitruuio quoque valde Loco citato.
celebrantur. Hypæthræ ambulationes, & præſertim ſi viridia adſint, ꝙ
tales magnam ſalubritatem habeant; & primùm oculorum quòd ex viri lib.5.c.9.
dibus ſubtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens
perlimat ſpeciem, & ita auferens ex oculis humorem craſſum, aciem te-
nuem, & acutam ſpeciem reliquit. Præterea cum corpus in ambulatio-
ne caleſcat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates,
extenuatque diſſipando, quod plus ineſt, quàm corpus poteſt ſuſtinere,
ex quo vt in hypæthris locis ab aere humores ex corporibus exugeren-
tur moleſtiores, quemadmodum ex terra per nebulas videntur; conſu-
luit architectorum princeps ampliſſima, & ornatiſſima ſub dio hypæ-
thriſque ambulando collocari in ciuitatibus ædificia; Verumenim verò
apud medicos ſubdiales hæ deambulationes plurimas differentias obti-
nuerunt, nam quando prope mare fiunt, & ſiccandi, & craſſos humores Oribaſius loco citato
B attenuandi vim habent; quando circa flumina, & ſtagna humectare poſ
ſunt, ſed vtraque nocent, & præſertim ſtagna, ideoque non temere has
omnes in Epilepticis damnauit Aretus quando in mediterraneis partibꝰ
aguntur, quemadmodum ſupradictis ſunt præſtantiores, ita quoque fa-
ctis circa mare cedunt; quando in rore, humectant non ſine damno; ſed
ſi in locis auium volatu frequentatis ambules, efficaciſſimus is motus
erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud ſecus, atque ſi in
ſublimibus locis ambules. Quæ deinde ſub Dio in locis vento minus ꝑ-
flatis ambulatio efficitur, valet ſecundum Antylli ſententiam ad euocan
dum per halitum, & ad excrementa diſpergenda; itemque remittit, nec
ferit hanc Aetius in colicis doloribus a frigida cauſa ortis commẽdauit:
ſed quæ perflante vento peragitur, ſi ſub borea tuſſes excitat, thoracem-
que lædit, at vires collabentes firmat, ſenſuum integritatem affert; ſto-
machumque diſſolutum roborat, atque de hac fortaſſe loquebatur Cæ- Lib.3.chr. cap.2.
lius Aurelianus, dum ſtomachicis deambulationes ſub Dio pro virium
C adhibendas conſulebat; ſi ſub Auſtro, caput replet, ſenſuum inſtrumen
ta hebetat, aluum mollit, atque ad diſſoluendum valet, ſi zephyris ſpirã-
tibus, talis ambulatio cæteris omnibus, quæ in vento fiunt, præſtat: non
enim habet inſuauitates boreæ, quin potius manſuetudo ſimul, atque
iucunditas ſunt coniunctæ. Quæ in Apeliote fit, mala eſt, & ferit atq; ita
ſe habent ambulationes ſubdiales in ventis peractæ. Sequunt̃, quæ fiũt,
vel in ſole vel in vmbra; qua in re auctores diuerſa ſentire reperio; Cor- lib.1.c.2.
nelius Celſus, ſi caput ferat, meliorem ambulationem in ſole, quàm in
vmbra eſſe dixit, & meliorem in vmbra, quam parietes, aut viridaria ef-
ficiunt, quàm quæ tecto ſubeſt. Ex altera parte Oribaſius auctoritate An
tylli ductus improbat illam, veluti quæ effundat, caput impleat atq; inæ
qualitates gignat, quam ſententiam non auderem alteri præponere, niſi

&

& ratio, & veterum medicorum, præſertimque Hippocratis, & Galeni D
auctoritates teſtatum feciſſent ſolis radios humanis capitibus maximas
noxas inferre, nempe quæ ſi calida, & humida magis calefiant & eliquē
tur, ſi ſicca, ſicciora reddantur, & demum quæcunq; ſint, ſemper offen-
in.1.de morb. dantur (modò vel ruſtici, vel alij ſub ſole viuere aſſueti non ſint) quod
probè cognoſcens Hippocrates ſiue Polybus ad euitanda capitis detrimē
ta non quamlibet deambulationem, ſed ſolā in frigore, aut in ſole pera-
ctam vetat. Atqui non illud tacendum eſſe duco, ſemper eligi potius de-
bere in ſole ambulare, quàm ſtare; & ambulare velociter, quàm ſegni-
ter, ſicuti præceptum fuit ab Hippocrate in libro de ſalubri diæta; cuius
5. partic. Prob. 34. rei hanc attulit rationem Ariſtoteles, quòd quum ſtamus, calor perma-
net, ſicque amplius calefacit, corpus etenim noſtrum (dicebat is) vapo-
rem quendam tepidum de ſe continuò mittit, qui proximum & ambien-
tem aerem tepefacit, vnde aer poſtea ille corpus calidius reddit; quum
autem quis in ſole mouetur, flatus excitatur; qui refrigerare nos poteſt, E
quando motus quiſque frigidus habetur. Ambulandum potius in vm-
bra (dicebat Celſus) quam parietes, aut viridaria efficiunt, quàm quæ te
cto ſubeſt, quoniam aer aſſidua quadam, & blanda ventilatione ſalu-
brior redditur, qui aer quoniā interdū ab arboribus noxijs infici, & cor-
pora deinde contaminare conſueuit, vt de nuce arbore, atque Narciſ-
5. Sympto. prob. 1. ſo memoriæ prodidit Plutarchus, propterea huiuſcemodi vmbras in-
ter deambulandum fugere expediet. In omnibus autem fere proderit
ſub ijs vmbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretæus & vertigi-
noſis, nempe ſub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene
olentes herbas calamentum pulegium, thymum, mentham, maxime
quidem agreſtes, & ſponte naſcentes: ſin harum copia deſideretur, in-
ter humano cultu procreatas. Eſt in hac quoque non exiguum diſcri-
men reſpectu cæli, quod dum ſerenum eſt, tunc ambulatio leuat, per
halitum euocat, attenuat, bonam reſpirationem, & mouendi facili-
tatem parat; dum verò nubibus obtegitur, grauitatem affert, per ha- F
litum non euocat, tandemúe caput implet. De ambulationibns fa-
ciendis vel hyeme, vel æſtate, vel alio tempore diximus in libro quar-
Cap. 11. to, vbi tempus exercitationibus accommodatum diffiniuimus; ſuper-
eſt tantùm illud adnectere, ambulationes quaſlibet ante cibum fieri
debere, tum mane, tum veſpere; quandoquidem matutina aluum
emollit, ſi credimus Antyllo, ſegnitiem a ſomno contractam diſſol-
uit, ſpiritusque attenuat, calorem auget, & appetitum excitat; quin-
2. de diæta. immò Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis con-
uenire, quòd humoris tranſitus exinaniantur, neque animæ meatus
occludantur, ſcribit: ſicut, & attenuare, nec non partes circa caput
leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum ſoluere confirmat; ve-
ſpertina

A ſpertina verò ad ſomnum hominem præparat, ac inflationes diſpergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accuſatur Serapion a Cælio, quòd epilepticos imperaret circa veſperam ambulare, ac rurſùm conquieſcere, & deambulationem repetere. Poſt cibum diximus exiguam ambulationem aſſuetis conuenire, atque illis, quibus non ſine labore in fundum ventriculi deſcendit cibus; illis pariter, quibus caput repletum eſt, lentam poſt cibum deambulationem commendauit Galenus ſecutus fortaſſe in hoc Aretæum, qui in vetuſto capitis dolore eandem in vſu habendam voluit. In reliquis quomodo conueniat non video, & propterea Dioclem medicum antiquiſſimum, & clariſſimum ſatis mirari non poſſum, quòd phtiſicos deambulatione poſt prandia vexandos eſſe voluerit, quæ ſicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput vapores efferri, atque ibi in humiditatem conuerſos ad pectus, & pulmonem deffluere facit, quo nihil phtiſicis contingere perniciosius valet, eo magis quòd licet Hippocrates huiuſcemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet, aluum tamen, corpus, & ventrem ſiccare confitetur ne illa omnia in medium adducam quæ de huiuſce generis ambulatione ſcripta ſunt in libros de inſomnijs Hippocrati adſcripto, qui liber cum multa ſuperſtitioſa contineat, forſan aliquis ijs, quę ibi de ambulatione poſt prandium in pluribus cōmendata dicuntur paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, iam cætera aggrediamur.

lib. 1. chro. cap. 4.

6. de tu. va. cap. 7.

Cel. lib. 1. cap. vlt.

B

2. de dieta.

Explicit Liber Quintus.

ARTIS GYMNASTICAE
LIBER SEXTVS.

Quos erectum ſtare effectus pariat. Cap. I.

EOs qui pedibus erecti permanent, exerceri quoniã abũ
de in ſuperioribus demonſtrauimus, hanc rẽ amplius
in diſputationem reuocare prorſus ridiculũ foret, pró-
inde quot modis hæc exercitatio varietur, quosúe vna
queq; pariat effect⁹ declarabo. Quod etenim hæc exer
citatio priuatim dorſi ptes afficiat, Auerroes inter Ara
6.collect. cap.2. bas non infimus ſatis aperte dixit, qui igitur illud debile a natura, vel ca
ſu ſortiti ſunt, ſummo ſtudio id exercitationis genus euitare debent, né E
pe quod (vt ſæpius diximus) maiorem, quàm ipſa ambulatio defatigatio
1.lib.de paſſionibus renum. nem pariat; quibus etiam in renibus inflammatio, vel vlcera orta ſunt,
ne ſtent magnopere cauendum eſſe cẽſuit Rufus Epheſius; debent quo-
que huiuſcemodi exercitationem auerſari, quos vel herniæ labor ſolli-
citat, vel in cruribus, aut ſcroto, varices dilatantur, vel vlcera in inferio-
ribus partibus orta ſunt, aut qualibet de cauſſa oriuntur; quam ſen-
tentiam niſi medicorum auctoritas confirmaſſet, veram tamen eſſe ipſa
ratio perſuaderet, quæ ſcilicet oſtẽdit in ſtantibus graues humores citra
difficultatẽ proruere, eosq; modò hernias, modò varices, modò vlcera
generare, fouere, & augere; nam quòd varices generentur etiam Iuuena
lis poeta cognouit, qui quum quandam mulierem Ianum rogantem de
Saty.6. amici victoria futura decideret, volens ſignificare ob importunas mulie
rum petitiones Aruſpicem, ſi cunctis inſeruiſſet, ſtando, (ſic quiſq; Aru
ſpex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare, debuiſſe, ait. Varico-
Plut. in ei⁹ vita. ſus fiet Aruſpex. Marium quoque ſcimus omnes, laborioſum virum exti F
tiſſe ob quod ſi quis dicat ei varices quibus affligebatur in ambobus cru-
ribus ortas ob nimios in ſtando labores, eum minùs erraturum exiſtima
rem. Verùm enim verò & in hac exercitatione non paucæ diuerſitates
reperiuntur, propterea quod tempus, locus, atque ſitus varias quaſi ſpe
cies efficere videntur. A tempore naſcuntur duæ ſpecies, quando aut an
te cibum, aut a cibo, quis ſtando, & vel pauco tempore vel multo exerce
tur; a loco ſummuntur differentiæ, quoniam vel in ſole, vel in vmbra,
& hac aut clauſa, aut aperta ſtatur. A ſitu demum euariantur ſtandi ge-
nera, quando vel vno pede, vel ambobus, & vel ijs totis, & planis, vel ex
tremitatibus eorum calcibus ſcilicet, & ſummis digitis ſtamus. Ante ci-
bum ſtare ventriculi excrementis inaniendis auxiliatur, aſthmaticos, &
difficiliter

A difficiliter ſpirantes adiuuat, ventrem emollit, vrinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & ſiquando deambulationi vacare non cõcedatur, illius vices ſupplere poteſt. Vertiginoſis tamen, & quibus ad ſuperiora rapiuntur vapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ſtatione faci lius caput a fumis petatur; nam tantam ad hoc efficiendum potentiam ſimilis exercitatio poſſidet, vt nonnulli boues, & cętera animãtia (quod ſcripſit Ariſtoteles) minus homine tuſſire, minuſq; catharris vexari cre diderint, quoniam ipſis minime erectis ſtantibus haud ita vapores natu ra ſurſum tendentes in eorum capita ferri poſſunt, qua item ratione eos omnes damnare vehementer ſoleo, qui ſi alto capiti dormiant, minus a catharris vexari debere putant, cum potius contrarium eueniat, vt ſcili cet qui humiliori, & fere cæteris membris æquali capitis ſitu dormiunt, vel aliter iacent, minus a vaporibus capite tententur, minuſque a capite ad pectus humores defluant. Quamuis ſecus iudicandũ ſit, vbi quis ven Petrus Aponenſis. 5. partic. prob. 5.

B triculi in conficiendo cibum debilitate vexatur, quo in caſu Poſidonius apud Aetium magnopere ſtudendum eſſe iuſſit vt in decumbẽdo caput altiori ſitu contineatur, quò cibus magis in ventriculi fundo accommo detur, & ob id nutrimentum minori moleſtia coquatur. Atque hoc in telligi debet de ijs, qui multùm ſtant; ſtare etenim pauco tempore exiguum quid prodeſſe, neque multùm obeſſe poteſt. Qui porrò communi illo effato (prandia poſt ſtabis) inducti poſt ſumptos cibos ſtare delectantur, ij ſcire debent, ſi mediocri quodam tempore ſtetur, deſcenſui ci borum in ventriculi ſundum inſigniter cooperari, & conſequenter illo rum concoctionem perbellè adiuuare, nec alioqui vllam effatu dignam læſionem afferre, verùm ſi multo tempore ita quis permanſerit, præter moleſtiam, qua ob ciborum interdum pondus, pręter laſſitudinem, qua ex labore afficitur, varias item offenſiones ſubire cogitur. Primò namq; maior vaporum copia ſuperiorem corporis regionem impetit, maior hu morum multitudo ad inferiora præcipitat, atq; inde vlcera in cruribus,

C gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atq; ſpirationem vniuerſam non parùm labefactat, vti ex difficultate ſpirandi tunc apparente facilè quiſque cognoſcere valet; poſtremò renes, atque veſicam, & to tam mingendi actionem vitiat, quando videlicet crudi humores ex ſimi li ſitu ad eas partes deferuntur, reneſque & lumbi vehementer incaleſcunt, debilitanturúe, vt non temere videatur præcepiſſe Ruffus Epheſius, ne quis vlceribus renum laborans, etiam ſi morbus inclinare cæpiſſet, ſtaret. Statio in vmbra ſemper aliquibus ex prædictis differentijs adnectitur, vt ſit multa, vel pauca, vel a cibo, vel ante cibũ, & próinde qualicunque adnexa reperietur, illius effectus continuò exprimet, modò vmbræ ratione aliquid ſecus non accedat; hoc autem dico, quia ſępenumero vmbra vel eſt locorum concluſorum frigidorum, atque hu- lib. de affe. ren.

midorum

midorum; vel noxiarum arborum, vel alterius pernicioſæ rei, quas omnes corpus maculare, & ſanitatem deſtruere nemo negabit; cæterū de ſtantibus ſub ſole in hunc modum determinari debere iudico, quòd ſcilicet ſtare ſub ſole in æſtate ſummopere calefacit; immò ſententia eſt Ariſtotelis, quum ſtamus in ſole magis deuri, quàm dū mouemur, & ſi per ſe motus ipſe quoque calefacere valeat, quod aliàs fuſius explicauimus; ſi igitur ita eſt, rationi conſentaneum efficitur iuuamentum inſigne val de frigefactis corporibus inde accedere, veluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Cælio, & omnibus ferè medicis laudatur. In ictericis item cu randis tali inſolatione vſum Archigenē reperio, ne interim ſilentio prætermittantur ea, quæ apud Aetium ex Antylli ſententia leguntur, inſola tione ſcilicet varijs modis antiquos vſos fuiſſe, aliàs cum vnctione, aliàs ſine vnctione, modò ſedendo, modò iacendo, modò ſtando, interdū am bulando, interdum currendo; de quibus omnibus in hunc modum decretum eſt, quòd ſi inſolatio adminiſtretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert, vnde ſæpenumero mirari mihi cōtingit, quo genio ductus Plinius maior nō modò nō purgato corpore verùm etiam poſt cibum in æſtate ſub ſole maneret, ac deinde in frigida lauaretur; de hac etenim locutos fuiſſe medicinæ auctores arbitror, quando dixerunt ab illa corpora pluſquam par ſit incaleſcere, febres, atque capitis dolores gigni, ſin autem antea quàm corpora ſoli exponantur, opportunè exinaniantur, aut ſine vnctione aut cum vnctione fieri poteſt; ſi fiat citra vnctionem capiti diuturna frigiditate laboranti ſuccurrit, quòd illud durius atque impaſſibilibus reddat, & ob id meritò in Epilepſia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modò ſit inſolatio moderata; ſicut item in ea inſaniæ ſpecie iuuare creditur, quæ a frigida intemperie ortum ducit, præterea occultas diſſlationes auget, ſudores elicit, carnem conſeruat, pinguedinem tollit, œdemata omnia, & præſertim hydropica deprimit; neque tamen ipſa noxis ſuis caret, qn̄ quidem mora quæuis ſub ſole bilem auget, & conſequenter ijs, quibus calor natura mordax eſt, valde aduerſatur, vt a Galeno ſcriptum eſt, ſpiritumque craſſiorem, denſioremue efficiens, aſthma, & orthopneam exacerbat. Cæterum ſi abſque vnctione inſolatio adhibeatur, in cæteris eoſdem effectus parit, niſi quòd corpus exiccat magis, tamquam pingui illo aduſto, & ſubinde maiori nigredine ſuperficiem totam inficit, necnō carnem inſtar cauterij cuiuſdam denſans minus per inſenſibilem tranſpirationem excrementa diuaporari facit, qua ratione huiuſcemodi inſolationem ad minuendam polyſarchiam ab Aetio laudatam cenſeo: Verumtamen duo hic animaduerſione digna eſſe exiſtimo, alterum quòd medicos, vbi ſub ſole moram probarunt, prætegi pannis capita voluiſſe opinor, quoniam præter Cælij auctoritatem, & ratio, & experientia demonſtrant

Marginal notes: 5. ſectio. prob. 34. — lib. 3. c. 3. — Lib. 3. c. 6. — 9. de cōpo: med. ſ. l. c. 1 — Plin. nepos lib. epiſt. 3. — Gal. d cau ſis morb. — Cęl lib. 1. ca. 4 & 5. — 6. epid. cō. 1. aph. 10. — 2. de tu. va. cap. 12. — Lib. 1. ſer. 3. cap. 32.

Margin letters: D — E — F

A monſtrant capita detecta, ſi ſoli exponant, valde offendi, nẽpe quæ ſupra modum calefacta vapores a toto corporis ambitu ad ſeſe attrahunt, ſicq; omnem malorum illiadem, & præ cæteris catharros inibi generãt; quod minimè vbi capita teguntur, euenire ſuſpicandum eſt, ꝓpterea quòd vt ſcripſit Ariſtoteles induta corpora a ſole minus calefiunt, quàm nuda, quum ab illius radijs minus feriantur; atque hoc totum a Galeno ſigni ficatum credo, vbi dixit eos, qui nudi ſub ſole manẽt, vniuerſum corpus calefacere, qui verò induti, caput ſolum; nam demonſtratum eſt a nobis lib.3. Maiores noſtros nunquam ferè caput tegere ſolitos, ne miremur Galenum, dum indutos ſcripſit ſub ſole, capite tantum valde incaleſcere dixit. Alterum animaduerſione dignum eſt, quòd ſicuti ſedentes, & ſtan tes ſub ſole vehementius incaleſcere, ſiue potius deuri experientia conſtat, quàm ambulãtes, & currentes, pariter & cæteras prædictas affectiones, tam bonas quàm malas faciliùs recipiunt. Atque hæc vniuerſa a no B bis dicta de ſtantibus planis, ac totis pedibus intelligantur, ſtare namq; calcibus innixos nõ modò laborem, ac moleſtiam inducit, verùmetiam nullum iuuamentum effatu dignum præſtare creditur, quemadmodũ ſimiliter eos, qui ſummis digitis ſtare conantur, præter fatigationem illico ſuccedẽtem partes illas callis moleſtiſſimis afficere compertum eſt, & præſertim quando quis eo frequenter vtatur; hi ſiquidem illud vnũ commodum nonnunquam recipere videntur, vt longius, multis alijs proſpectare valeant, cuius gratia ab antiquis ſpeculator ſiue σκώψ pingebatur facie hominis ſtantis ſupra digitos, ſummamque manũ ad vmbellæ formã ſupercilicijs admouentis, vt Aeſchyllus in Theoris meminit.

2.partic. prob.9. lib. de cauſis morb.

De pugnarum effectibus. *Cap. II.*

C PVgnarum, quæ maioribus noſtris ad valetudinem inſeruierunt, quæue etiam temporibus noſtris inſeruiendi ſimiliter facultatem obtinent, aliæ fiunt cum armis fictis, neque inci dentibus, vel pungentibus aduerſus hominem, aliæ aduerſus columnam aut palum aliæ aduerſus vmbram; atque omnes, vel fieri poſſunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliæ ab armatis. Armorum pugnam aduerſus hominem vel columnã inter magnas exer citationes repoſuit Galenus, quem imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit certamen cum enſibus factum eſſe ex velocibus, atque for tibus exercitijs, quæ omnia de illis, qui non armati certant accipiẽda pu to, quando armatum certare inter exercitationes ſimul, atque opera ma niſeſtè repoſuit Galenus, qui ſimiliter certare aduerſus vmbram (σκιαμαχεῖν dicunt Græci) celerem citra robur exercitationem eſſe iudicauit, vt Auicenna quoque, & Paulus poſt ipſum cenſere viſi ſunt. Quũ itaq;

6.epid.cõ.1 Aphor.6. 6. coll. c.2. 2.de tu.va. c.8.10. & li.1.fen3. doc.2.ca.2.

res ita ſeſe habeat, pugna non armatorum tam aduerſus homines, quàm D
aduerſus columnam adminiſtrata in primis magnopere calefacit, excre-
menta educit, ſudores ciet, exuberantem carnem ſupprimit, & proinde
Lib. 1. chr. a Cælio in curanda polyſarchia adhibetur, deinceps brachia, atque hu-
cap. vlt. meros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet; cæterùm ca
pita debilia, & vertigini obnoxia non parùm labefactat, renibus item la
6. epid. borantes huiuſcemodi exercitationem fugere præcepit Galenus: Σκιαμα-
com 1. χία porrò ſiue aduerſus vmbram certatio corpora tenuat, carnes, & ſuc-
aph. 5. cos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire ſupra monſtra
2. de tu. va. uimus, propriè autem ſecundum Galenum brachiorum, atque manuũ
ca. 10. exercitatio exiſtit; præterea valet, ſi Antyllo credimus, ad ſedandam affe
6. collec. ctionem laſſitudinis ſenſum referentem, ad humeros firmandos, ad ner
cap. 29. uorum imbecillitatem, & tremorem corrigẽdum, eſt etiam vtilis vitijs,
quæ thoracem infeſtare ſolent, confert renibus, & colo inteſtino, mate-
riem ad inferiores partes deducit, & præſertim in ijs qui pedibus imitan E
tur pugiles, quiue non ſolùm manibus cum vmbra depugnant, verùm
etiam cruribus interdum tanquam ſalientes, interdum verò tanquã cal
cibus cædentes. Ad eadem omnia ſimiliter valet pugna aduerſus palum
effecta, quæ tantummodo in hoc ab vmbratili differt, quòd palum per-
cutere brachijs maiorem vim infert, quàm aerem ferire. Non eſt tamen
ignorandum pugnam aduerſus hominem pugnantem initã, magis exer
1. Libro. cere, & vim maiorem corporibus inferre, quàm iſta; quoniam vt ab Ale-
prob. 110. xandro perbellè ſignificatum eſt, athleta, ſi obnitatur antagoniſtæ, forti-
tudinem eius auget, ſin cedat, neque reluctetur, robur eiuſdem reſoluit.
At qui ea pugna quæ corporibus pugnantium armatis exercetur, inter
vehementes exercitationes collocanda venit, quæ quum robuſta, & va-
lida corpora efficere habeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo
dialogo, qui Laches inſcribitur dixit quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι ſiue
armatum pugnare corpora robuſtiora, ſi quod aliud exercitationis ge-
nus, reddit, neque vllo alio minorem laborem parit. De hac quoq; exer F
loco citato citatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipſo ad motum ap-
tius, & ad carnem ſuſcipiendam reddi, verumtamen propriã, atque ma-
ximam eius pollicitationem exiſtere, vt corporis firmitatem, & longam
reſpirationem gignat, cum illi, qui ſeſe pugnis ſimilibus dedunt, omnẽ
aliam ſpiritus expulſionem ferre poſſint; facit autem huiuſcemodi pu-
gna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia eſt, præ-
ſertim quando galea plus æquo obtegitur, cuius pondere preſſum non
parùm laborat, illud hic non ignorandum volo ὁπλομαχίαν ſiue arma-
tæ pugnæ exercitationem, ne quis decipiatur eandem eſſe exiſtimans cũ
armata luctatione ὁπλοπάλη ab Æſchylo vocata, quandoquidem hęc
tanquam luctæ ſpecies armis in manibus nullo modo vtebatur, ſed dũ-
taxat

A taxat certantes totis corporibus armabantur, ſicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror volutationem illam armatam, ſiue celerem agitationem, quam Galenus in numero vehementium exercitationum repoſuit, ſpeciem quandam extitiſſe. An verò de hac armata pugnę ſpecie intellexerit Cælius Aurelianus, quando in curanda polyſarchia poſtquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum hoplomachia, hoc eſt armorum ficta confrixio, apud me dubium nullum, vt ex ſuperioribus patet, relinquitur, quoniam, & ſi nomen Gręcum hanc ipſam ſignificare videatur, nihilominus, & nominis ab ipſo illata explicatio, & vſus demonſtratus manifeſtum argumentum faciunt de pugna illa ſermonem facere, quę nudato ab armis corpore exercetur, quęue ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, quum hanc poſtremam carnem, ſed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nō videtur hic locus expoſcere, vt ſermo vllus habeatur, propterea quòd quum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, vel in lethalia vulnera, vel in alterius pugnatoris, aut etiam vtriuſque necem, plerumque terminabatur, vnde neminem non videre arbitror, quantùm abſit, vt ſimilis concertatio vllam profligandis morbis, tuendæúe ſanitati opem afferre valeat, ea enim eſt, quæ hodie apud multas chriſtianorum nationes ſub Duelli nomine nō ſine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quaúe & antiquis & noſtris temporibus ab vno hominum inimiciſſimo ſathana repertam ad perdēdas animas fuiſſe ſemper credidi; quod nanq; non monomachiam antiquorum vt falsò probare conati ſunt, qui hactenus duellum tractarunt, ſed potius gladiaturam duellum huiuſce temporis referat, præter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item atteſtari videtur, ſcilicet ijſdē armis, atque eodem propè fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores pugnabant; illud vnum intercedit diſcrimen, quòd illi tum gloriæ cuiuſdam inanis gratia, tum præmiorum ſpe, ſed ferè ſemper vi quadam vt potè vel ad ſupplicium condemnati, vel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur; iſti verò ſponte, & nullis cogentibus, niſi ſolius honōris vana quadam & falſa deffenſione prolectante aguntur, vt hac ratione minus excuſatione digni habeantur, cùm ſponte in propriā ruant perniciem; Vtinam reſipiſcant tandem homines, videantque id quod Barbari ferè nulli agunt, tantò minus Chriſtianos decere; ſic profectò & multæ vrbes, quę ob hoc inteſtinis, & ſæuiſſimis diſtenſionibus exagitantur, ad meliorem ſtatum reuocarentur, & multorum animabus corporibusque melius conſuleretur. At ne longius a propoſito noſtra diuagetur oratio hæc ſufficient, ſi illud addidero, quod Celſus, Scribonius, & Plinius referunt ab Antiquis ſcilicet creditum fuiſſe, gladiatoris iugulati ſanguinem epotum iuuare epilepticos, quā rem potius ad pro-

2. de tu. va. cap. 10.

lib. 3. c. 25. lib. de cōp. cap. 18. lib. 28. c. 1.

dendam ipſorum ferinam ſuperſtitioně,quàm vt vllam fidem adhiben- D
dam cenſeam,ſignificare volui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. Cap. III.

MVlta apud antiquos extiterunt exercitationum genera, quæ
quoniam non ita frequenter vſurpabantur, ab auctoribus
celebrata non inueniuntur; inter hæc autem primò ſeſe of-
fert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, vel manibus ſummis concertare,
quod ſiue luctæ ſpecies aliqua foret, vt nonnulli crediderũt, ſiue ſepara-
2. de tu. va. ta quædam exercitatio, vt Galenus cenſuiſſe videtur, vbi poſt luctā alias
cap. 8. quaſdam exercitationes adnumerans acrochiriſmum nominat, facitq́ue
2. d tu. val. manifeſtè a lucta diuerſum, conſtat ipſam apud Galenum, Aetium, Pau-
cap. 10. lum, & Auicennam inter veloces ſine robore exercitationes locum obti E
lib. 3. c. 3. nuiſſe, & próinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, ſuccosq́ue de-
lib. 1. c. 17. trahendi facultatem poſſidere, vt appoſitè inſinuare viſus eſt Hippocra-
Li. 1. fen. 3 tes, apud quem legitur acrochiriſmum attenuare, & carnes ſurſum tra-
doc. 2. c. 2. here, propriè verò manus, atque brachia ſecundum Galenũ in ipſa exer
2. de diæta. citantur; ex quo fit, vt illis conueniat, quibus has partes corroborare in
lib. citato animo eſt, ſicut ijs valde nocet, quorũ chiragra, vel alius morbus, & ma-
cap. 11. nus, & brachia infeſtare ſolet, de hoc locutum eſſe Celſum quis credere
Lib. 4. c 4. poteſt, vbi in ijs qui ab arida tuſſi exagitantur, exercitationes manibus
loco citato peractas probat. Porrò ἐκπλεθρίζειν, ideſt ecplethriſtare a Galeno inter
Loco citato. exercitationes citra robur, & violentiam celeres recenſetur, Auicēna au-
tem illud ex fortioribus eſſe dicit, niſi velim' ipſum in comparatione ad
debilia loqui, quemadmodum ex verbis eius videtur, alioqui & veritati
ipſi, & Galeno, a quo iſta omnia accepit, manifeſte repugnantia ſcripſiſ-
ſet. Eſt igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia vtilis, quibus celeres
conferunt; ſed peculiariter crura, & pedes exercet; thoracem quoq; non F
parùm fatigat, cui, dum aliquo pacto male vexat, valde obeſſe reor, haud
ſecus atque capitibus male affectis vehemēter nocere credo, vt potè quæ
ex iugibus illis reuerſionibus, quaſiq; circuitionibus facilimè tum ver-
tiginoſas, tum apopleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quo-
que exercitationum cēſu eſt, & πιτυλίζειν ſiue pytiliſſare, aut pytiliſma,
in Miſcel. vt placuit Politiano, quod quamquam a Galeno, atque Auicenna inter
cap. 38. veloces citra violentiam adnumeretur, mea tamen ſententia haud proꝛ-
ſus vehementia aliqua caret, quum ſtatus ille ſupra pedum extremita-
tes, necnon velox manuum modò antrorſum, modò retrorſum agitatio
haud quaquam ſine muſculorum intentione, & próinde ſine vi, aut ro-
bore quodam peragi valeat; vnde in huiuſcemodi exercitatione obeun-
da vehementer incaleſcere corpora affirmare non dubito. Ad hæc motus

iſte

A iſte brachia inſigniter exercet, ſed eos, qui capite ſunt imbecilli, magnopere labefactat; pedes etiam podagris ſuſcipiendis obnoxios reddit, ego verò peculiarem illius vſum extitiſſe autumo, quando poſt longam brachiorum valetudinem torporemue; ea motibus vndequaque faciendis aſſueſacere necnon a torpore liberare intendebant: ſunt præterea a Galeno nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna comprobata, quæ quòd aliqua ex parte valetudini & corporis habitui conferant, omnino prætermittere nolui; nam ſi quis alteri iubeat, vt ſe violenter detrahat, inflectatque, dum ipſe non manibus modò, verùm etiam cruribus, ſpinaque conſtans, inflexusque reſiſtat, quo genere Milonem ipſum ſeſe exercitaſſe ferunt, dum conuellere ſe, mouereq; de loco volenti permitteret, vtique vehementer exercebitur, incaleſcet nō parùm, roburque membris non leue ingenerabit, de ſimili enim exercitatione locutum opinor Cęlium Aurelianum, quando pro polyſarchia minuenda voluit ita affectos alienis laboribus hoc eſt colluctantiū, vel exercentium, quam Græci haterocopiam, vel trachelifmum vocant, exerceri, verumtamen illis maxime verenda eſt talis exercitatio, qui vel pectore, vel dorſo, vel capite non admodū valent. Pari etiam pacto ſi quis (vt Milo factitabat) conuellere ſe, mouereque de loco volenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eiſq; fortitudinem acquiret, ſi pugnum alicui aperiēdum, vel malum punicum, aut tale quippiam manibus complexus auferendum præbeat; quod tamen arthritidi, aut chiragræ obnoxijs minimè congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, ſi quis alterum complexus medium, aut etiam ipſe medio comprehenſus, manibus, digitiſque pectinatim iunctis, aut quem complectitur abſoluere ſe iubeat, aut ipſe ſe a complectente ſoluat; niſi quòd in hoc periculum imminet, ne viſcera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum diſſolutio quæritur. Ita etiam ſi quis alterum, qui verſus ipſum ſe inclinet a latere aggreſſus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod ſublatum inuicem protendat, reducatque, ac magis ſi dum geſtat, ipſe nuctu renutuque corporis vtatur, ſic namque ſpinam vniuerſam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibus nocebit. Æque verò qui pectoribus ex aduerſo innixi magno ſe conatu inuicem retrudunt; & qui a ceruicibus pendentes deorſum trahunt, vehementer quidem exercentur, & per cōſequens robur corpori vniuerſo comparant; at periculum ſubeunt, ne thoracis vaſa aliqua rumpantur ipſis, neúe aut caput, aut collum male afficiant. Hæc itaque omnia tametſi apud veteres inter cæteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti vſu fuerunt, & præſertim nobilibus, ac illis qui non ſine ſuauitate quadam ſanitati operam

2. de tu. val. cap. 9. loco citato

lib. 5. c. vlt.

B

C

dabant, hac item tempeſtate non deſunt, qui ipſis vtantur, quos, modò ratio adhibeatur, penitus auertere nolo. D

De ſpiritus cohibitionis facultatibus. *Cap. IIII.*

Cap. 6. DEtentionem ſpiritus ſpeciem quandam exercitationis eſſe, quum abunde in libro tertio demõſtrauerimus, id amplius repetere non eſt opus, illud dúmtaxat adiungam non facilè reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, niſi quòd animaduertentes nos in huiuſcemodi exercitatione muſculos abdominis, atque thoracis valenter intendi, & ſúbinde in partibus interioribus calorem augeri, vt Ariſtoteles, & Galenus memoriæ prodiderunt, eam nõ fieri ſine vehementia iudicare poſſumus, & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit ſpiritus detentionem meatus diſparare, cutem attenuare, necnon humiditatem ſub cutẽ extrudere poſſe; a Galeno ſimiliter, & ab Auicenna ſcriptum eſt retentionem ſpiritus membra ſpiritualia calefacere, corroborare, & emundare necnon anguſtas cauitates ampliores reddere. Quòd etenim ſpiritus cohibitus expurgare thoracẽ valeat, clarè conſtat, quippe qui in ipſa retentione vndique compulſus in anguſtos ſe recipere meatus cogitur, eoſque ſi amplius truſus, propulſuſque fuerit, etiam penitus tranſire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil ſecum arripere eo propè modo, quo intuemur opifices exilia inſtrumentorum foramina vehementiore ſpiritus inflatu expurgare; quandoquidem is quantò vlterius per vim coactus impellitur tantùm ab ipſo quædam impelluntur, quædam trahuntur, nam truduntur quæ ante occurrunt, attrahuntur quæ ad latus ſunt poſita impetu ipſo motus vtraque coacta, quòd verò ex retento ſpiritu cauitates euadant latiores hinc probatur, quoniam ſi thorax in medio corpore locatur, ſane illo magna aliqua inſpiratione aere impleto, & deinceps ſupremo laryngis oſculo ligulę opera clauſo, necnon muſculis toto thorace preſſo, neceſſum eſt aerem compreſſum vndique meatibus corporis vniuerſis inſeri, ſicque intruſum eos vndequaque dilatare, modò inferiores dum, illuc impellitur modò ſuperiores, ſic ergo per ſpiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipſęque, atque etiam aliæ interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidæ affectiones, & præſertim inflationes remouentur vt non temere Plato ſub perſona Eryſimachi medici, necnon Ariſtoteles memoriæ prodiderint ſpiritum cohibitum a ſingultu liberare, quorum placita ſecutus Galenus ab eodem non ſolùm ſingultum, verùm etiam tuſſim a frigida inſtrumentorum reſpirationis intemperie contractam extingui teſtatum reliquit, E F

2. partic. Prob. 2. de dięta. 3. de tu. ua. cap. 2. in lib. artis med. c. 87. lib. 1 fen. 3. doct. 2. c. 2.

in ſymp. 2. partic. Prob. li. de med. fac. par. & libro 2. de ſymp. cau.

quòd

A quòd aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione anguſtos quoslibet
meatus ſpiritus compreſſus penetret, cunctaque ſic adæquentur, & ad
temperiem priſtinam redeant, hinc ſit vt ferme in hanc ſententiam ve-
nire debeamus talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui ſpiri-
tualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obſeſſa gerunt,
quiúe expulſiones quaſcunque corporis aut tardas, aut vitiatas habent.
In reſolutione linguæ exerceri ſpiritu retento probauit Celſus, ſicut &
Aetius in omni vocalis inſtrumenti reſolutione, vim namque expultri-
cem excitari, atque confirmari in ſpiritus cohibitione, argumento ſunt
multi, & præcipuè pueri, qui ſiue plorando, ſiue ridendo, ſiue alio pacto
ſpirationem contineant, aut in ipſo actionis tẽpore, aut paulò poſt, mo-
dò ſtercora, modò vrinas, modò muccos, & à naribus & ab auribus ex-
pellunt; ſimiliter obſtetrices iſtud teſtantur, quæ ad partus expulſio-
nem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes ſpiritum conti-
B nere præcipiunt, in quo tamen ipſas ſæpe errare ſcribit Aetius, quando tetrab.4.
ex nimia huiuſcemodi ſpiritus cohibitione aneuriſmata, ſiue arteriarũ ſer.3. c.10.
incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus. Dicebat Ariſtoteles ſpiri 11.partic.
tu retento melius audire nos, quoniam reſpiratio ſtrepitum quendam prob.48.
mouet, quo quum careant retinentes illam, melius voces percipiunt, Prob.20.
quamuis Caſſius Medicus aliter ſentire videatur: extat item Plinij aucto-
ritas, quòd euerſos ſcandenteſque, ac iacentes, ſiquid ingruat, contraq;
ictus, ſpiritum cohibere ſingularis præſidij eſt. Si igitur a ſpiritus reten-
tione tot commoda oriri conſtat, prudenter ſanè Cælius Aurelianus ip- Lib.27.c.6
ſam aſthmaticis ſtomachicis, atque colicis curandis egregiam opem præ- Li. chro.3.
ſtare ſcriptũ reliquit; Neq; tamen huic tãtùm tribuere debemus, quin cap.1.&.2.
etiam ipſam aliqua ex parte obeſſe credamus; quando quidem Aſclepia lib.4.c.7.
des caput opplere teſtatus eſt, cuius ſentẽtia a Galeno certe exploſa fuit,
ego verò illam prorſus non eſſe repellendam puto, quoniam manifeſtò
conſpicimus, dum ſpiritus retinetur, venas, atque arterias colli intume-
C ſcere, oculos amplificari, genas ac vniuerſum vultum contrahere maio-
rem ruborem, tandemque caput totum compati, quæ omnia illius reple
tionis clara indicia eſſe nemo dubitat, ex quo fit vt Dioclem tota via abe-
raſſe pro certo teneam, dum ſpiritum retentum in epilepſia curanda præ
ſidium afferre dixit; ſicut Cælium laudo, qui in eiuſdem affectus curatio lib.1.c.4.
ne ſpiritus retentionẽ vitari debere voluit, quum certum periculum im
mineat, ne tunc ſanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbe-
tur. In ſanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodi- Cel.lib.2.
cis damnatam inuenio, quibus aſſentiri cogor, propterea quòd tum a ca cap.13.
lore in pectoris cauea genito, tum ex vaſorum inflatione, diſtenſioneúe,
facillimè debilia, & relaxata vaſa franguntur fractaque iterum reſeran-
tur. Amplius qui vel hernias, vel crepaturas patiuntur, aut peritonæum,

atque inteſtina exilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo ſpiritu exerceri debent, quoniam hæ partes in actione iſta vehementer contenduntur, & per conſequens niſi robuſtæ ſint, citra multũ laborem diuelluntur, quemadmodum apertiſſimam fidem pueri facere poſſunt, qui ſi interdum nimis quàm par ſit fledo, aut aliquo modo ſpiritum contineant, protinus ijs peritonæum, ſcrotumúe diſrumpitur, & deinceps inteſtina delabentia, aut flatus interclùſi, vix ſanabiles hernias pariunt quod ſimiliter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis ſpiritum retinere conantur ſæpenumero ſolet euenire, & præſertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. muſ.) ſiue edictum facere volunt vna ſeruata ratio ab huiuſcemodi periculis tuebitur, ſi moderatè, aut potius infra mediocritatem ſimilis retentio peragatur, vbi agenda erit, alioqui perfici nequaquam poterit, quin prædicta incommoda ſequantur.

De vocis exercitationem facultatibus & primo de vociferatione & cantu. *Cap. V.*

VOcis multas, ſed vnam præcipuam exercitationem effecerũt antiqui medici, quam græci τὴν ἀναφώνησιν, Latini vociferationem appellarunt, nos verò pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes vocis exercitationes in ſex ſpecies partiemur, quemadmodum magna ex parte in ſuperioribus egimus, vociferationem ſcilicet, cantum, lectionem, ſermonem, riſum, atq; fletum, quorum omniũ natura perſpecta nihil remanebit, quod huiuſce exercitationis cognitioni addi valeat. Ergo prima vociferationibus, quæcunque ſint illæ, adſcripta ab Antyllo, Plutarcho, Paulo, Aetio, & Auicenna conditio eſt, quòd thocarem, atque vocalia inſtrumēta perbellè exercet, dicebat Auerroes pulmonem propriè a vocis exercitio reſpici, ſubinde naturalem calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, ſolidas corporis partes, robuſtas, puras, & offenſæ minime obnoxias reddit; addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare, quòd enim calor augumentum ſuſcipiat, inde oritur, quia ſpiritus aſſiduo motu, tam attractus, quàm exſufflatus colliditur, atteriturúe, ſicque ex ea colliſione, & attritione calor excitatur, purgat verò huiuſcemodi exercitatio, tũ quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit, tum quia ex motu vocalium inſtrumentorum humiditates internæ conſumuntur, quod euidentiſſime declarat denſus vapor ex ore vociferantium prodiens, & ſuperfluitates vetuſtiorum humorum vnicuique meatui adhærentium, quæ excernuntur non ſolùm in prædictis vociferationibus, ſed etiam alijs pluribus modis. Iam verò firmatur calor, & attenuatur, quoniam vaſa ab-

Oribaſius lib. 6. c. 8. lib. de tuē. ſan. lib. 1. c. 19. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3. d. 2. cap. 2. 6. colle. cap. 2.

A ſterguntur, multi humores, vt ſputa, muci, & pituitæ conſumūtur, quæ ſicut antea calorem obſcurabant, debilitabant, & incraſſabant, ita educta eundem puriorem, validioremque relinquunt, & hinc poſtea ſolidis partibus maius robur, maiorque impaſſibilitas ſuccreſcit, ſi itaq; hęc ita ſe habent, rationi conſentaneum eſt, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiue vniuerſum corporis habitum ſiigefactum habēt, vociferationem generoſum præſidium exiſtere. Quemadmodū iſtis prædictis rationibus eam ab Antyllo, Cælio Aureliano, & Aetio commendatam ſcimus ſtomachicis, vomentibus, acidum ructantibus, ægre concoquentibus, cibos faſtidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, aſthmaticis, orthopnoicis, phtiſicis, diuturno pectoris aut ſepti dolore vexatis, apoſtemata in thorace rupta habentibus, mulieribus prægnantibus pica obſeſſis, aut ſecundum Alexandrum etiā parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pi- Alexan. 1 prob. 87.
B tuitoſis, conualeſcētibus ferè omnibus. eſt Aretæi medici antiqui, & pręſtantiſſimi ſententia, quòd in elephanticis, *α᾽ ἀφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κάιριόν ἐστι*, necnon etiam in cæliacis, Voci quoque ob ſuperfluam humiditatem raucæ factæ, quam Plinius vocabulo plane inepto fuſcam vocauit, necnon inſtrumentis voci deſeruientibus reſolutis, atque etiam malo corporis habitui qui a Græcis *καχεξία* dicitur eandem conducere credidit Aetius; quin ſi vox vel ex morbo, vel ſuapte natura male affecta ſit, tali exercitatione ſecundum Antylli ſententiam emendatur; nunc verò quoniam vox laborat, partim propter nimiam, & longā loquelam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter ſilētium quaſi ſuarum actionum oblita, ideo fit vt in hiſce omnibus, quæ dicta ſunt, vociferationis vſus ſit vtilis, quum longam loquelam diſſoluat, & noxæ, quæ ex clamoris magnitudine contracta eſt, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini verò occurrat, grauiores ſonos inſpergendo; cæterum qui ex ſilentio oritur quamuis non propriæ vocis ſit
C labor, tamen cum vocis labore proportionem quandam gerit, quo circa ad eum quoque vociferatio eſt vtilis, quæ vocem exerceat, quemadmodum ſi vocalia inſtrumenta defeſſa ſint, totumque corpus ſuum tenorē non ſeruet, aut laſſitudine obſideatur: vocis namq; exercitationem a cęna factam dicebat Hippocrates, poſt carnis a laboribus colliquationem commodam eſſe, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem; ſed cuncta hactenus a me enarrata de vociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quæ capitis affectionibus non eſt idonea, vtpote neſcio quid facultatis poſſidens ad replendum caput, necnon inſtrumenta ſenſuum in capite contentorū, vnde Cælius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probſis prudenter addidit (ſi ferre valeat æger) Nam ea vociferatio, quæ vehemētius

Lib. 28. c. 6. loc. citatis. 2. de diæta. Cap. 7. Lib. 1. chr. cap. 4.

peragitur

2.de cur. peragitur & interdum ἀναύδησις ab Aretæo φωνασκίη vocatur vno pro D
chro.c.6. pè verbo dicta eſt ab Hippocrate affligere ſiue λυπεῖν, hæc præter quam
In lib.de ꝑ- quod caput plenum, & magis graue reddit, & teſtantur Aretæus & Gale
ceptionib. nus, mirum etiam in modum ex eius ſententia vocem oblædit, necnon
lib.đ inſtr. venas rumpi facit, vt hac ratione Cælius exclamationem tamquã partes
odor. patientes vehementer concutientem pro corporibus epilepticis impro-
7.de comp. barit. Pliniusque nepos iure cõquæſtus ſit, quod Zoſimus eius libertus,
med.ſ.l.c.1 dum voci reparandæ ſtuderet, rurſum vena recluſa ſanguinem reddide-
4.de locis rit eandem tamen Aretæus ſtomachicis curandis, & Aetius ſingultui cõ
affe. primendo vſurparunt. Illud itaque hoc in loco non eſt ignorandum, ꝙ
lib.5.epiſt. omnes ferè auctores animaduerterunt, vociferationibus neque temere, neque inconſultò vtendum fore, ac præſertim ijs, qui huic exercitationi non aſſueti incipiunt; neque enim ijs vti quiſquam debet prauorũ, corruptorumque humorum copia præſente; quin etiam vox non eſt exercenda, ſi magnis, & euidentibus cruditatibus ſtomachus obſideatur, ne E
ex actione inſpirationis, & expirationis, quæ firmior, & citatior facta ſit, dum vox in magnitudinem, & multitudinem accreuit, vapores corru-
1.cur.chro. pti largius per corpus diſtribuantur: præterea monebat Aretæus vocem
cap.2. leniter exerceri, & grauibus vocibus vtentem ſonum ædere, quòd acutę voces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pulſationes oculorum inflationes, auriumq; tinnitus efficiunt; mediocriter autem vox adita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab eius vſu cibum, quo-
partic. pro niam vox valde corrumpitur, vnde dicebat Ariſtoteles hiſtriones, cho-
ble.11.
prob.22. ros, & huiuſce generis ieiuno ore vocis exercitationem adire, alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum aſperam arteriam exulcerat, ſicque vox corrumpitur. Deniq; fugiendum
li. de tuen. eſt ex Plutarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi vel repletionis, vel immo-
val. deratæ libidinis, vel defatigationis acrius intendendo, exaſperet vocem; neúe nimis commotas vociferationes, & iurgioſos clamores exerceat; ſiquidem inæquales illæ ſpiritus intentiones & impetus rupturas, & cõ F
uulſiones inducere ſolent. Poſt vociferationem ſuccedit cantus ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam conſiſtit, neque adeò contenta voce peragitur, ob quod etiam præter cætera voluptatem afferre poteſt,
libro.1. qua vociferatio deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera por-
prob.76. tantes, ſi cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, ac numerorũm ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur; quæ ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo labo-
19. partic. rantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſſus eſt) tibias & ſonum adhi-
prob. 1. berent Antiquiores, & quòd ad eos, qui vel morte ſuorum anguntur, & mærent, vel morbo ſollicitantur homines congregari, uarioque uti ſermone ſolitum ſit; quandoquidem animus quum ſe ad uerba transfe-

rat,

A rat, minus rem ſentit aduerſam. Quod intelligentes veteres varia ſcœnarum oblectamina ſibi excogitarunt, vt animum ſolatijs modò his, modò illis exceptum ab angore ſeiúngerent. De cantu ſiue vociferatione cũ harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aëtius, atque Paulus valetudini eam nullum iuuamentum præſtare. At in morbis ipſam aliquando vſurpatam inuenio; nam Cælius Aurelius vocis exercitium muſico monitore compoſitum inſanientibus in declinatione conducere ſcripſit; refert inſuper Aulus Gellius ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe viperarum hominũq; morſibus tibiarum modulos, & cantus mederi; & ad hæc fuiſſe creditum a pleriſque, & memoriæ mandatũ iſchiadicos, cum maxime doleant, tum ſi modulis lenibus vel ipſi, vel tibicen (quod factitare ſolitum Iſmenia Thebanum legimus) incinat, minui dolores, ſicut & Philiſtionis ſtā. in lib. 22. de adiutorijs confeſſus eſt, quod remedij genus a Pythagora excogitatum eſſe nonnulli tradiderũt; quã-
B uis Soranus, cuius ſunt libri illi tres de Acutis a Cælio Aureliano latini facti, Aſclepiadem mordens qui phreniticos curare cãtu profitebatur, appoſite ſatis dixerit eos mentis vanitate iactari, qui modulis, & cantilenæ paſſionis robur excludi poſſe crediderunt: ſi igitur cantus valetudini cõſeruandæ parùm confert, grauiorum autem tonorum ſonus vtilis eſt, vociferationi potius, quàm cantui ſanitatis ſtudioſi operam dare debent, quoniam ſic plurimus aer attractus thoracem diſtendit, ventremq; & meatus per vniuerſum corpus diſſeminatos aperit, dilatatúe, quum in cantu mera quædam, ac futilis oblectatio ſolummodo reperiatur, quæ corpora robuſta potius effęminare, non autem conſeruare, aut augere apta exiſtit, vnde mirari ſoleo quare Socrates (vt refert Plutarchus) ſeſe cantu exercere conſueuerit, & non in vociferationibus, quum in ipſis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem qui concitatius legunt magis, & per ſudores, qui verò mitius vocem intendunt, per occultam tranſpirationem. Verumta-
C men illud Auicennæ dictum ſemper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere vocem eſt timoroſum, quodúe ex prædictis vocis exercitationibus ſæpenumero hernias, aliaſúe crepaturas oriri contingit, ſicuti noſtrates ſacerdotes, aut cantores certam fidem facere poſſunt; antiquitus enim qui vocis exercitijs operam dabant, balneis vt libro primo ſcripſimus, frequenter vtebantur, quorum beneficio peritonæum, Scrotum, ac teſtium vtriculi humectabantur, ſicque emollita magis tutò extendebantur, neque faciliter diſcindebantur, noſtris autẽ temporibus minime huiuſce generis remedijs vti facile conceditur, vt hac ratione modum in vociferando ſiue cantando maiorem ſeruare neceſſe ſit.

Loco citato.
Li. 1. chro. cap. 5.
lib. 4. c. 13.
1 li. de tuē. ual.
loco citato
Gal. lib. 7. de cõp. me. ſm loc. c. 1.

De

De lectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus. *Cap. VI.* D

LEctionis a medicis ad ſanitatis vſum probatæ duas ſpecies in
lib.1.c.2. uenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remiſſio
rem: lectio intenta, quam Cornelius Celſus auctor elegan-
tiſſimus claram nuncupare maluit, quum ſit agitatio ſpiri-
tus non leuiter nec in ſuperficie (vt Plutarchus ſcribir) ſed velut in ipſo
li.de tu.va. fonte, in ipſis viſceribus valens, calorem auget, ſanguinem ſubtilem red
dit, omnes purgat venas; omnes aperit arterias, humorem ſuperfluum
non ſinit craſſeſcere, neque concreſcere, neque fęcis in morem ſubſidere,
in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus; ex quo non
loco citato temere a Celſo inter ea, quæ commode exercentur, primum locum rece
pit. Quòd etiam capiti nequaquam noceat, ſed potius conferat locuple-
lib.1.chro. cap.1. & lib.11.epiſ. 97. tiſſimi poſſunt teſtes eſſe Cælius Aurelianus, & Seneca, quorum ille in
curando capitis dolore, atque etiam inſania ſimilem lectionem adhiberi E
conſuluit; hic verò ad refrenandas, quas patiebatur, capitis deſtillatio-
nes ipſam in frequenti vſu habuiſſe ſcribit; obſeruandum eſt in hoc ca-
ſu ne in inſania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur, quoniã
talia Cælio auctore non minus afficiunt, quàm corporis immodicæ ge-
ſtationes. Iuuat inſuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum ſto-
machum cuius etiam vitia vt ſcribit Celſus corrigit quandoquidem per
ipſam pituitoſa excrementa ſuauiter attenuantur, abſumunturúe, & ca
lor natiuus citra vllam violentiam excitatur, & augetur; quod cogno-
ſcens Plinius maior dum voce atque ſtomacho laboraret, in eorum re-
medium claram lectionem exercuiſſe auctor eſt illius Nepos; qua pari-
Li.9. epiſt. epiſ. ad Iu. penult. ter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis ſol
licitantur conſuluit leniter exclament, aut concinne cum vociferatione
Cel.lib.2. cap.vlt. procedendo legant. Sic ad phtiſicos, atq; tabeſcentes ea Methodicos nõ
nullos vſos fuiſſe legitur; de hac ſermonem faciens Auicẽna dixit, quod
loco citato ad legendum ſuauiter eſt incipiendum, deindè vox ordinate exaltanda, F
poſtea quum vox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ip
ſius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuua-
mentum; atque hæc de intenſa ac vehementius facta lectione quam Cel
ſus etiam in tuſſi ſicca laborantibus non parum vtilitatis præſtare cẽſet.
lib.4.c.4. Cæterum quæ leniùs, & remiſſiùs agitur, ad eadem ferè omnia valet, ni-
ſi quòd debiliùs cuncta operatur; & propterea interdum ipſa poſt cibo
rum ſumptionem citra noxam vti poſſumus, quod Plutarchus quoque
18.partic. Prob.1. non improbauit; de hac autem loquens maximus Ariſtoteles ſcriptum
reliquit ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, ſom
no corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id vapores craſ
ſi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes ſomnum inducunt;

ex

A ex aduerſo viros intelligentia præſtantes minime, dum lectitant, dormi re,eò quia intellectum firmãtibus ipſis calor internus amplificatur,atq; inde vigiles potius quàm ſomniculoſi euadunt.Poſt vociferationem,cãtum,atque lectionem ſuccedit ſermo,ſiue locutio,quæ & ipſa vocis exer citatio eſt,attamen prædictis omnibus tum vehementia, tum robore ce dit,& ideo inter debiles exercitationes recenſeri meretur. Nam ijs in primis accommodatur,qui præter modum ad ſomnum propenſi ſunt, quiúe aut præ humore melancholico,aut præ phlegmate ſenſus torpentes,quaſique oppreſſos habent; tales namque a ſermone perpurgantur, eorumúe animi ita expergeſiunt,vt faciliter mox ſenſus a corpore liberentur. Pituitam porrò a ſermone conſumi indicant ſputa ex loquentis ore affatim emanantia,quæ partim a capite, partim a ſtomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta iſta membra ſermonis beneficio gaudere demonſtrant.Iam verò ſermo vim quandam obtinet, ſi Antyllo credam⁹, Orib.lib.6 cap.7.
B vt caput impleat,& grauitatem afferat, cuius rei gratia ſciunt medici in dolotibus capitis,pluribusúe alijs eius affectibus ſermonem interdicendum fore; ſermo præterea lippientibus,& quibus ſanguis e naribus ſunditur,aut a pectore reiectatur,nõ parùm nocet.Qua propter Cornelius lib.4.c.4. Celſus,atque Gal.in ſanguinis reiectionibus ſilentium neceſſatiò requi 5.Meth. ri voluerunt;ſimiliter linguam exiccat,ſitim inducit,atque hinc ſapienter Hippocrates ſcriptis mendauit, ꝙ ſilere, & os continere ſitim extinguit,quam ſententiam explicans eruditiſſimus Plutarchus non ſolùm ſitim a ſilentio non generari, verùm nec triſtitiam,nec dolorem dixit,qui etiam multos,dum ſeſe alloquendo contineret,tuſſim,ac ſingultum curaſſe memoriæ prodidit. 6.Epid. com.3. in lib. de loquacitatē in fine. Triennio(ait Plinius) Mecænatem Meſſium accepimus ſilentium ſibi imperauiſſe a conuulſione reddito ſanguine. Lib.27.c.6 Ad hæc vires diſſolui a ſermone,idque præcipuè in febribus, & magis quoque in acceſſionibus teſtatum fecit Oribaſius,vt nullum amplius dubiũ loco citato ſuperſit,quin,& iuuandi,& nocendi valetudini facultatem obtineat ſer
C mo,ne dicam quot damna,quotúe commoditates,pro vt is adhibetur,ſępenumero animis ingerat,quæ ſi perſequi vellem,nimis a propoſito noſtro recederem,qñ præſertim,& Plutarchi de loquacitate libellus,& Galeni de curandis ac cognoſcendis animi morbis, hæc cognoſcere cupientibus ſufficere poſſunt:hactenus de articulatæ vocis exercitijs.Pręter hęc autẽ duæ ſunt exercitationes,quæ tametſi vocis minimè propria videantur,& ab auctoribus vt plurimùm prætermiſſæ ſint, attamen ipſæ quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent,atq; eæ ſunt riſus,& fletus.Nam riſus, dum oris dilatatione, pcordiorumúe titillalione interiora,& præſertim faciem exagitat,quin illas partes inſigniter calefaciat,haudquaquam inficiari poſſum⁹, eo magis ꝙ robur in ridentium vultibus efflorenſcens caliditatis acutæ apertiſſimum argu-

mentum

mentum exiſtit, & iccirco crediderunt nonnulli Homerũ vocaſſe riſum γέλωτα ἄσβεϛον ſicuti grãmatici γέλως ab ἕλη, quæ vox caliditatem ſignificat, deduci tradiderunt, proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidæ ſunt, & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie deſipientibus, attonitisq;, & qui ob mœrorem ac triſtitiã id febres, aut alios affectus delapſi ſunt; de riſu verba feciſſe Cælium Aurelianum exiſtimo, qñ in atrophię curatione animi laxationẽ διάχυσιν vocatam poſt cibum commẽdauit, & qñ ſimiliter in capitis dolore adhibendam pręcepit eandem, ne a mentis intẽtione caput impleatur. In his etenim vniuerſis, quum frigida intemperies dominetur meritò auxiliũ præſtat riſus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & ſpiritũ calidiorem emittat, vt ſcriptum eſt ab Ariſtotele, qui hac de cauſa ridentes grauiorem vocem edere quàm flentes iudicauit: hoc autem tanto magis ſperandum erit, ſi riſu ſeſe exercere volentes alàs ſibi ipſis titillari facient, propterea quòd magnus in illis partibus venularum, atq; arteriarum concurſus extat, quæ titillatæ concaleſiunt, & ſpiritum ſubinde ex calefactione genitum per vniuerſum corpus diffundunt. Neque verò latere quemquam debet validum riſum ſicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud græcos, hic ſenarius. D E

11. partic. prob. 13. & 15. & 35 part prob. 8.

5. de repu.

γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακὸν, idest

Riſus intempeſtiuus inter mortales graue malum, Siquidem talis præter immoderatam ſpirituum effuſionem, præter nimiam agitationem, calefactionemq́ue non rarò ſecundum Ariſtotelis, & Alexandri ſententiam vehementem reſolutionem inducit, qm̃ vitalis vis, & inſitus calor immodicè foras prodit, ac inde fit, vt ſic ridentes ſudent, ac rubeant ſanguinis aduentu; calorem etenim natiuum, ignemq; ipſum ſicuti per loci ſui appetitionem ſurſum afferri, ſic per alimenti deſiderium ima patere neceſſe eſt: igitur vtralibet mouendi ratione perempta calor inſitus interit, & vis omnis vitalis euaneſcit, vt non abſque ratione Homerus finxerit Procos riſu emori. F

loco citato lib. 1. prob. 19.

Odyſſeę. 5.

Ατὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον idest
tum Proci illuſtres
Manus extollentes riſu emoriebantur.

Necnon Aglaitidas apud Xenophõtem dixerit riſum huiuſcemodi mouentes, neq; corporibus, neq; animis prodeſſe. Porrò caput, ac thoracẽ peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dorſumq; oblæſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & contenſa robuſtiora euadant Ciceroq; ſcriptũ reliquerit athletas, cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſe, vt ſe intenderent.

lib. 2. de pædia Cyri.

2. Tuſcul.

A tenderent ad firmitatem;paucum tamen vſum in tuenda bona valetudi
ne habere certò ſcimus: pueri namq; fortaſſe a ploratu minus offendū
tur,quoniam ei a primo ortu inſueſcunt,quippe qui ſtatim, ac ex vtero
parentis in lucẽ venerunt,plorare incipiant,cuius cauſam Soranus ephe in Iſagog.
ſius explicauit eſſe,tum quia tenuis ſpiritus a luce concutitur,tum quia cap.17.
inſuetã terram attingant,qñ mulieres in nauibus parientes mutũ edũt, lib. 1.
quam ſententiam ſecutus Alexander medicus addidit illos minimè au- prob.61.
diendos eſſe,qui animum dicant, quod ammiſſo cæleſti domicilio cor-
pus inhabitare terrenum occœpit,iccirco infantem cogere dolere,atque
plorare.Cæterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queãt
nuſquã video; ꝙ enim is corpora frigidiora intẽta, ac debilia reddat, præ
ter Ariſtotelem ob prædicta flentes acutiorem vocem reddere narrantẽ, loco citato
Galenus quoq; atteſtari videtur, vbi pueros dum plorant, interrupto ſpi 5.Aph.54.
ritu ob vires defatigatas reſpirare ſentit, qui item a fletu nonnunquam 1. de tu. ſa.
B febres accendi perſpicuò teſtatus eſt; quantum ſubinde oculis ipſis de- cap.8.
trimentum afferat,inde conijcere faciliter poſſumus,quòd lachrymis ab
humoribus oculorum(ſi Caſſio medico credimus) defluentibus eos con
ſummi neceſſarium eſt, vt ſumma cum ratione eloquentiſſimus auctor in proh.
Cornelius Celſus continuos fletus oculos imminuere ſcriptum relique Lib.6. cap
rit; ne ſileam quantum damnum vox recipiat dum fauces, ac vocalia in- de cur.ocu.
ſtrumenta inter flendum madefacta,exaſperataúe,eam raucam efficiunt
tuſſeſq; ac noxios catharros latenter concipiunt; nam & apud Cælium
Aurelianum legitur ploratum poſt cibum valde ſtomachum labefacta-
re.Ex quibus omnibus perſpicuò colligitur,aut nullum,aut exiguũ emo
lumentum a flatu corporibus accedere,& iccirco ſimilem vocis exercita
tionem dũtaxat animorum paſſionis, vt voluit Poſſidonius, exſaturare Gale.4. de
poſſe,quando nonnulli affectibus pleni,quoties volunt,plorare queũt, pla. Hip.&
alij paſſionibus vacui etiam ſi velint,nequeunt. Atque tot de vocis exer Pl.ca.vlt.
citationibus dicta ſufficiant.
C

De Cricilaſiæ,Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

CRicilaſiæ exercitatio tametſi apud vllas nationes (quod ego
ſciam) in vſu non habeatur, quæúe eius apud veteres forma
& modus fuerint, plenè nondum mihi cõpertum ſit,nihlo-
minus facultates eius ab Oribaſio deſcriptas prætermittere 6.collect.
nolo,vt ſi fortè alter, vel ipſiſſimam Cricilaſiam, vel aliam ſimilem exer- cap.26.
cere nouerit,eius vires minus ignoret;illam itaq; inter magnas exercita
tiones locũ habuiſſe memoriæ proditum eſt ab Antyllo, qui etiam dixit Oribaſius
Cricilaſiam intenta corpora mollire,& quæ loco ſtabiliri non poſſunt, loco citato
tum reuolutionibus,tum ẽt figurarum corporis varietate, ſic parare, vt
facilè

facilè flectantur, & ſtabiliantur; neruosq; imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quæ de via deflexit, & atra bile agitatur, ad ſtatum ſuum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, ſatis mihi conſtat, niſi vel eundem, trochum noſtrum vocatũ, vel paulò diſſimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atque remiſſas collocandum eſſe omnes affirmant, cumq; virgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modò ſtãdo, modò ambulando exerceatur, valetudinarijs, atque ijs, qui præ viriũ imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire videtur; ſecũdo loco ſenibus, atque cęteris, qui maioribus laboribus incaleſcunt nimis, tum etiã æſtate potius aptabitur; peculiariter viſus in ipſo exercetur, brachia, & crura, quæ omnia in ſimili motu ſuauiter, ac citra omnem violentiam laborantia, quin robur acquirant, negari minimè poteſt, ſicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluum citare, humoresque ad infimas partes detrudere, & ſuccis ventriculi, ac totius corporis concoquendis ſuffragari. Verùm enim vero qui capite vertiginibus obnoxio ſunt, quiùe podagris, aut vlceribus tumoribusùe crurum ſollicitari cõſueuerunt, ab hac exercitatione abſtinere debent, quoniam in alteris ſpiritus capitis cõmoti facillimè affectiones illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos ſouent, ac incredibiliter augent. Hoc fortaſſe exercitationis genus intellexit Auicenna, q̃n dixit. Et ludere cũ virgis retortis dictis alſulegian cum pila magna, aut parua lignea, niſi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnã nominans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile, ſoliſq; paruis ſphærulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, vel pilas in circũ ferreum humi defixum manibus impellendo, vel cubo ligneo eas approximãdo, q̃d quidem genus dorſum ob inclinationes cõtinuas exercet, attamen caput offendit, atq; renes in quorũ vlceribus ἐξαπιναίους ἐπικύψεις vitari mandauit Rufus medicus neq; admodũ pro valetudine probatur. legitur. n. apud Galen. exercitationes inclinato capite, dorſoùe peractas, nequaq̃ illis cõuenire, qui occaſione qualibet leui vertigine, epilepſia, ophtalmia, auriũ dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Prædictis oĩbus tum notior, tum frequentior eſt pilamallei vocati exercitatio, qua veteres gymnaſtas caruiſſe nemo non fatetur; ſed quantò magis temporibus noſtris penes cunctas nationes ipſa inoleuit, tantò magis neceſſariũ vr̃ illius facultates declarare. Nam q ex magnis ſit exercitationibus, ac vehementibus facilè eſt & a labore, qui ſuſtinetur in ipſo, & ab eius natura conijcere; a labore, q̃m ſudor, defatigatio, rubor faciei, ſpirationis magnitudo vt plurimũ in ſic ſeſe exercentibus oboriuntur; ex natura verò eius, quia

libro. 1. fen. 3 do. 1. cap. 2.

lib. de offe. ren.

5. de tu. va. cap. 3.

D

E

F

D A quia quum, & deambulatio ferè continua, ac reflexa, & brachiorum iacta-tio, dorſiúe totius obnixio quædam adhibeantur indubitatam fidē faciūt, nequaquam abſque violentia, aut magnitudine huiuſcemodi exercitationem conſiſtere; & iccirco probabile fit, ipſam calorem natiuum augere, excrementa euacuare, ſomnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq; crudis humoribus conferre; at caput ab eadem repleri certum eſt, qn̄ Galenus hoc vitium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit. Quantùm porrò ad particulares effectus pertinet, in hanc ſententiam venio pilamallei exercitationem præcipuè brachia, atq; dorſum exercere, ſecundo crura, & propterea illis omnibus congruere, qui mēbra iſta confirmare ſtudēt, quiúe multitudinem ciborum perbellè conficere, ſuccos vtiles per vniuerſum corpus diſtribuere, ſuperfluitates, tam per ſudorem, q̄ per ſecretam difflationem exinanire intendunt. Cæterum nemo vel mediocriter rei modicæ peritus ignorat valetudinarijs, ac debilibus quorum vi- In conſ. de pu. epil.

B res leui de cauſſa deſtruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari, tantò minùs illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecillia, nam, & qui dorſo non admodum valent, quiúe renes calidos, vrinasque acres habent, ex talibus motibus ſummopere offenduntur, ſicuti quoque nocet exercitatio hæc, vbi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati ſolent; Summatim poſſunt, qui ſanitate fruuntur ad eam tuendam, optimumq; habitum generandum pilamalleo ſeſe exercere qui verò aliquo pacto ab ægritudine occupantur, omnino abſtinere debēt, illudq; ſemper memoria tenere operæpreciū eſt, quæ de exercitationibus bona a nobis promittuntur, vera reperiri, modò ea ratio tēporis, loci, quātitatis, modi, atq; corporum ſeruetur, quam in .4. lib. neceſſariam eſſe monſtrauimus; alioqui ſi negligatur, mirum non ſit loco bonorum inemendabilia mala ſuccedere, quemadmodum ſæpenumero in propoſita exercita-

C tione euenire certò ſcio, quæ quum ferè poſt prandium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito delectu, non ſua culpa, ſed exercentium incuria pernicioſas affectiones, ac prauos habitus inducit, quò magis omnes admoneo, vt diligentiam a Maioribus noſtris in exercendis corporibus obſeruatam, quantum conceditur, imitantes melius valetudini, atq; membrorum robori conſulant, neq; cōmittant, vt proprijs erroribus, & ſanitatem ſimul deperdant, & honorē, dicente Galeno noſtro magnū dedecus illis eſſe, qui a natura ſanam corporis conſtitutionem ſortiti eam ob exercitationū, ac recte viuendi negligentiā corrumpunt, atq; morboſam reddunt; Et qm̄ hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterū qđ illis euitandū eſt, quibus dorſum eſt imbecillū, ſciendum erit Galenum voluiſſe in ſenibus debiles partes nunq̄ exerceri, in alijs ſemper debere; rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe exiſtimo, qm̄ debilitas ſenū emendari nō pōt, cū ex virtutis motricis defe- 5. de tu. va. 5. de tu. va. cap. 5.

ſtu proficiſcatur, aliorum verò reparabilis eſt; vnde qñ nos aliquas partes D
imbecillas minimè exercendas conſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq; curabili dicta noſtra intelligi volumus, ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in hac ſententia recedere videamur.

De equitationis facultatibus. *Cap. VIII.*

1. de tu. ua. cap. 8. 6. epid. cõ. 1 aph. 6. EQuitationem, quam Galenus aliquando inter ea, quæ exercitationes ſimul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiuſdem ſententia magnam exercitationem eſſe apertè conſtat; quo circa quantùm ſit ex ſe, poterit natiuum calorem augere, & excrementorum inanitioni opitulari. Eſt autem non parua differẽtia, an equus (ſic appello equum, mulum, & aliud quod vis portandis hominibus accõmodatum animal) lente, celeriterúe gradiatur; an ſuccuſſet; an aſturco ſit, E
ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione ſcriptum inuenitur ab Antyllo, atque Aetio ſi placide equus gradiatur, nihil magis quã laſſitudinem, & præſertim inguinibus afferre, de hac inquam verba faciens Hippocrates memoriæ prodidit continuam equitationem laſſitudinẽ magnam parere, hominesq; infęcundos & coeundi impotentes reddere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare, neq; iccirco ſnĩa Hipp. damnanda vř, quod Ariſtoteles contrario plane ſenſu ſcriptum reliquerit equitantes aſſidue libidinoſiores euadere, qm̃ genitalia continua attrectatione, motioneúe, incaleſcentia ſpiritum concipiunt, ſicq; coeundi cupiditas inducitur, ſiquidem Hippocrates de placida, & nimis frequenti loquitur, vt pote quæ leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq; pedes oblædat, Ariſtoteles vero de ea, quæ equo celeriter gradiente, & interdum ſuccuſante ſed non admodum frequenter exercetur, verba facit. Hæc

Oribaſius lib. 6. c. 24. Aet. lib. 3. cap. 7. in lib. de ae re aq. & lo. cap. 11. 4. ſectio. prob. 12.

locis cita. etenim equitando facta exercitatio, vt Antyllus, & Aetius crediderunt, totum corpus laborioſe concutit, & magis adhuc omnibus alijs exercitationibus vnde ab Alexãdro Tralliano in dolore capitis, quem cauſa frigida gignit, adhibetur, ſicut in epilepſia, in ſurditate: præſertim verò ſtomachum F
Lib. 27. c. 4 firmat, vt non immeritò ſcriptum ſit a Plinio, equitationem ſtomacho, & coxis vtiliſſimam reputatam fuiſſe, qua item ratione in ſingultu curãdo ab
Lib. 9 c. 3. Aetio vſurpatur; ſenſuum inſtrũ ſubinde purgat, eaq; reddit acutiora, hy-
Aet. lib. 11. cap. 30. dropicos (vt ſentit Trallianus) ſi quid aliud, maximè iuuat ſolutam aluum
loco citato & fluentem dicente Celſo coercet crura quoq; tenuia craſſefacit, qđ Germanici exemplo teſtatur Suetonius. Cæterum thoraci maximè aduerſatur necnon veſicæ male affectæ, in cuius vlceribus curandis ante cætera huiuſcemodi exercitationem vitari placuit Archigeni illi, præſtãtiſſimo Hadriani Imperatoris Archiatro, coxis etiam obeſſe ſcripſit Hippocrates, quamq̃

A in hac re varias acutorum poſteriorum extare ſnĩas reperio. Themiſon Methodicorum princeps in coxendicum dolore ἰσχιάδος nomine a grecis appellato equitare imperabat ægrotantes, quò magis ob vehemẽtiam motus partium faceret vexationem, poſt ipſum idem confirmauit Theodorus Priſcianus, & quem modò citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq; dolorum parentem reputaſſe, quem ſecutus Cælius Aurelianus Themiſonis placita inſectatus eſt, tanq̃ veram iſchiadicorum curationem deſtruẽtia. Ego cũ animaduerto in hac exercitatione vehementer coxas incaleſcere, ac ex motu debilitari, ita ſentio humores defluentes faciliter ibi decũbere, atq; inde dolorificas affectiones excitare, tantò magis affectus iam excitatos, quaſique inueteratos acerbiores & indiſſolubiliores effici reor, quibus item rationibus equitationem a Celſo podagricis iure dãnatam fuiſſe puto. Equitatio peracta ſuccuſſante equo prædictis duabus proculdubio deterior exiſtit, nimirũ quę B vniuerſum corpus moleſtè quaſſet, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille ſapientiſſimus Græciæ ſaucius intelligebat, vbi diceret.

Cœl.lib.5. cap.1. lib.2.ad Timo.c.21.

Libro.4. cap.vlt.

Pedetentim ite, & ſedato niſu ne ſuccuſſu
accipiat maior dolor. Cic.2.Tuſ.

Quòd item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum ſuccuſantem tetrum nuncupauit hoc verſu.

Succuſſatoris tetri, tardiq́, caballi. Nonius Marc.

Ad hæc ſuccuſſationem vehementer caput offendere, collum & dorſum, & nates experiuntur illi, qui aliq̃n in hunc modum equitare coguntur. Deniq; ſi vlla eſt equitatio, quæ viſcera præcipue (id. n. fatetur Galenus) agitare apta ſit, ꝓculdubio nunc propoſita talis eſt, a qua non ſolùm interiora omnia concuti, verùm etiam ſuſpendi quaſiq; arripi videntur; illud vnum habere iuuamen poteſt, vt cibis, atq; crudis humoribus concoquendis, aluoq; ciendæ, ac vrinæ proliciendæ, necnon a renũ (q̃d Auicennæ placuit) C loco lapillis atq; harenulis ad inferiora deducẽdis adiuuare queat, ſed q̃m maioribus damnis commoda hæc cõpenſantur, omnes ab exercitatione ſimili abſtineant conſulo. In aſturconibus equitatio (eam ſic appello, quam vulgari nomine portantum, aut trainam vocant Itali, & de qua ita Martia.

2.d tu. val. cap.11.

Li.3.fen.19 tra.1.c.vlt.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit vngues
Venit ab auriferis gentibus aſtur equus) Lib.14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi vectione exercet, ita minorem moleſtiã parit, ſiquidẽ mollis illa alterno crurũ explicat glomeratio minimum fatigat, peculiariterque aluum citare vſu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet apud Ariſtot. legatur, ita equitãtes, quòd magis caueant, minus cadere, tñ eam improbare vr̃ Galenus hac ratione; quia ſæpe contingit equitantes in terram decidere, & nonnunq̃ eҁ caſu emori, ſed præter hoc multæ extãt cauſæ alię, ob quas a ſanitatis ſtu-

in libr. de paruę pilæ ludo.

diosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet, nam corpus (vt D
2. de diæta. lib. 5. c. vlt. ſcribit Hippoc.) nimiũ calefacit exiccat, atq; extenuat, ob id ad minuendã carnis multitudinem a Cælio Aureliano probata, caput male afficit, ſenſus hebetat, oculos non parũ offendit, quãquidem Ariſtot. cauſam indagãs, cur qui equo vehuntur, quò longius equus decurrerit, eo magis emittere lachrymas ſolent, ſignificat ideo illud euenire, vel quòniam motus calefaciens val
ſect. prob. 13. de humores oculorum eliquat, & lachrymas inde ciet, vel quia ſicuti venti aduerſi oculos perturbant, ſic aer occurſans tantò magis ferire poteſt, quantò equus velocius agitatur, lædit præterea hæc equitatio tam thoracem, & pulmonem, quàm viſcera vniuerſa, quod etiam renes maximo detrimento afficiantur fidem facere poſſunt multi, quorum alij vrinæ ardore alij lapillis, alij vlceribus modò renum, modò veſicæ, modò perinæi vſq; adeò ob hanc exercitationem ſollicitati fuerunt, vt ferè ijs affectionibus mortem obierint, ne ſileam quot luxationes, quot oſſium fracturæ, quot membrorum diſtorſiones ſæpenumero inde naſcant, dùm brachia, dorſum, coxæ, E
& crura ſupra modum laborant. Videant igitur qui currentibus, atq; mutatis equis itinera ſua obire delectantur, quantis, ijsq; grauiſſimis periculis, nedũ valetudinem, verum etiam ſalutẽ ipſam ſubijciant, quòq; nõ ingenuorum, aut ſanitatem curantiũ ac vitam, ſed potius perditorum hominum, athletarum, nihiliq; vitã, qua nobis carius, aut optatius nil reperit, æſtimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis ſpeciebus, quarũ nullam ægrotantibus admodũ conferre ſcripſerunt Antyllus, atq; Aetius; quasùe nec ijs, qui medicinam ſumpſerunt, vllo pacto congruere memo-
locis citat. riæ tradidit Soranus Epheſius, neq; illis, qui renum morbis male afficiunt
In Iſagoge vel earum inflammatione laborant, conuenire cenſuit Galen. Sunt qui in
cap. 23. equo ſedentes geſtari delectentur, quæ exercitatio parum malè valentibus
6. Epid. vſui eſſe mea ſnĩa poteſt, nam vt molliſſimè veharis, tñ laſſitudo inguinum,
com. 3. aph. 2. lumborumq́; & dura ſuſpẽſio explicatioq́; percipitur, qñ ſubpedaneis corpus ſuſtentare, perarduũ eſt ne dicam impoſſibile, accedit & mala, ac dolorifica illa concuſſio, ſi quo modo incitatius feraris. Valentibus magis con- F
ferre eadem poteſt, corpus, animum, & ſtomachum firmãdo: ſenſus expurgando, acuendoque, ſed pectus, atque pedes debilitat.

De geſtationum in vniuerſum viribus. Cap. IX.

ANteq̃nam geſtationum ſermonẽ aggrediamur, illud prius adnotandũ lectoribus volumus, nos minimè ignorare multos equitationem inter geſtationis ſpecies repoſuiſſe, inter quos fuit
lib. 3. ca. 6. lib. 2. ca. 5. Aetius Amidenus, ſed nequaq̃ horum opinionẽ ſequi voluiſſe, tum quia Cornelius Cel. antiquus ſimul, & celebris auctor, vbi geſtationis ſpecies adnumerauit, ne verbum quidem de equitatione facere voluit, quaſi

A quaſi alienam a geſtatione iudicauerit,id quod multos alios opinatos fuiſ-
ſe conijcitur ex Antyllo;tum quia expreſsè Gal.geſtationem,& equitatio-
nem diuerſas eſſe declarauit in.2.de tu.val.vbi alias exercitationes a nobis
fieri tradidit,alias ab extrinſeco vt geſtationes,alias mixtas eſſe,qualis equi
tatio eſt.tum quia ſi geſtatio,vt diffiniunt oēs auctores, mixta eſt ex motu,
& quiete,pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, vniuerſo
autem corpore a latione moto:hæc conditio ab equitatione longe abeſt, in
qua.ſ.manifeſtiſſimè oēs ferè corporis partes moueri conſpiciunt̃, ſed iſta
parū referūt,qñ ēt Antyllus, atq; Aetius ſeparatim de equitatione ipſa ver
ba fecerunt.Hanc inq̄ geſtationem ab equitatione ſeparatā, necnon a græ-
cis αἰώραν vocatam,multas quidem habuiſſe ſpecies in ſuperioribus decla
rauimus,at quæ oībus vī geſtationis nomine comprehenſis facultates at-
tribuuntur,prius explicabūtur,demū particulares effectus ſingulis adſcri-
ptos perſequemur, ſed prius id ignorari nolo,ſæpenumero apud auctores
B reperiri geſtationes,& exercitationes ſimul noīatas, quaſi vtræque inter ſe
differant,quorū ſnīæ de exercitationibus proprijs, quæ vehemētiores mo
tus geſtationibus exiſtunt,non autem de cōiter acceptis interpretādæ ſem
per erunt.Eſt igitur geſtatio ſm Antylli,Aetij,atq; Auic.ſnīam, inter placi locis citat.
diſſimas,atq; debiles exercitationes,& ꝓpterea non ſolū ſanis, & valetudi
narijs verū etiam longis,ac inclinatis morbis, & deniq; ijs, quibus lentæ
morborū reliquiæ remanent,nec aliter aliduntur,accommodatæ ſunt. In
acutorum nonnullis vt ab Aretæo in Letargicis,nephriticis probant̃,quin
tradit Celſus Aſclepiadem etiam in recenti, vehemētiq; febre, præcipueq; loco citato
ardente ad diſcutiendam eam geſtationis vſum cōprobaſſe,qđ profecto pe
riculosè efficitur, meliusque quiete eiuſmodi impetus ſuſtinetur. In ſanis
etenim,ac valetudinarijs geſtatio, quum nec laſſitudinē corporibus inge-
neret,immò ea ferè magnis exercitationibus ſimiliter moueat, poteſt calo-
rem naturalem augere,materiæ multitudinem diſcutere, habitū corporis
firmare,actiones ſtupidas excitare,ſegnitiem diſſoluere,corporis turbatio-
C nem ſedare,ijs,quos vigiliæ exercent,ſomnū conciliare,& contrà ēt veter-
noſis,ac diſſolutis reditum ad ſe,vigiliasq; parare, nam ſomnum conciliat,
excrementa,quæ a capite ad ſtomachum delabuntur,per halitū digerendo,
quæ nimirum partes ſunt vigiliarū præcipuæ cauſæ;ſed vigilias poſtea in-
ducit corporis tenorem ad ſe reuocando,& corroborando. In quibus mor
bis de geſtatione periculum facere placebit,ſic experiundum eſſe cōſuluit
Celſus,ſi lingua non erit aſpera,ſi nullus tumor,nulla durities,nullus do- loco citato
lor viſceribus,aut capiti,aut præcordijs ſuberit,& ex toto nunquam geſta
ri corpus dolens voluit,ſiue id in toto,ſiue in parte eſt, niſi tñ ſolis neruis
dolentibus; neq; vnq̄ in recenti febre,ſed in remiſſione eius.Nihilominus
citra multas obſeruationes, ab auctoribus probatas in varijs affectionibus
geſtationes reperitur.Cælius Aurel.in libris quos de morbis diuturnis in-

ſcripſit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romæ quaſi ex cōtagione quadam aliq̄n perijſſe refert ſilimachus Hippoc.ſectator)cōmendauit,ſimiliter & in vocis amputatione,in hæmoptoicis, in quibus eandem dānauit Aſclepiades,in aſthmate,in ſtomachicis,in elephantiaſi,in colicis,in arthritide.Theodorus Priſcianus quoq; & ante ipſum Aretęus geſtationes adhibendas voluit in melancholia,in atrophia,in ſpleneticis,necnon in ſtomachi doloribus.Iiſdem exercitationibus in illis,qui valde exiccati ſunt, atq; refectione opus habent Galenū vſum aliq̄n legitur. Quin & ipſemet Celſus pro ſacro igne curando geſtationem laudauit,vt non ſemper conditiones ab ipſo demonſtratas obſeruatu neceſſarias fore hiſce auctoritatibus cō uincere valeamus.Non eſt tñ ignorandū magnopere referre,quonam in loco quis geſtationibus vtatur,q̄ Aretæus cœliacorum exercitationes demōſtrans eam cæteris prætulit,quæ inter lauros,myrtos,atq; thymū efficitur. D

7.Metho.

Lib.2. cura. chroni.c.7.

De geſtationum in vehiculo lectica atq; ſella particularibus iuribus. Cap. X. E

Xplicatis ijs quæ ab auctoribus de geſtationum facultatibus in vniuerſum tradita fuerunt,iam ad particulares deſcendere opportunum eſt,ſi prius illud in memoriam reuocauerimus, ſcriptores.ſ.medicinæ,q̄n ſine additione geſtationis vſum in ſanis atq; valetudinarijs noīant,de qualibet eius ſpecie intelligere, q̄m nulla ferè inuenitur,quæ ipſis vtiliter accommodari non poſſit, q̄n verò in ægrotis loquuntur,interdum oēs,ſed in remiſſionibus morborum, interdū placidiores ſignificare. Vehiculorum multa fuere apud maiores noſtros genera,quorū luxuria vſq; adeò interdū Romę creuit,vt referente Plinio aurea ac argentea facere non ſint veriti,ſed hoc præter inſtitutum noſtrū eſt. Nā quæ pro ſanis,aut æquis in vſu habita ſunt a medicis vehicula,alia ab aīalibus,mulis.ſ.aut equis agebantur,alia ab hominibus, & vtraq; vel tardiuſculè,vel celeriter. Geſtationem vehiculo factam q̄uis cæteris acriorem eſſe dixerit Celſus, nihilominus ſm Galeni ſnīam inter debiles exercitationes recenſeri meretᶜ quò fit vt ſanis, niſi aliter exerceri impediātur, minimè omnium conueniat, Valetudinarijs,atq; ſenibus magis, quemadmodū Antiochum ſeſe exercuiſſe, & Cæcilium Plinium accepimus: maximè verò ægrotantibus,de quibus ſermonem faciens Antyllus dixit geſtationem in vehiculo factam vim quandam amoliendi, cōmouendiq; morbos ſtabiles, & permanentes habere Hæc inq̄ exercitatio duplex ab Aetio traditur, altera mitior,altera vehementior,de mitiori ſcriptū reliquit,ea in capitis affectionibus,& his quibus inteſtina fluxione laborant,vtendum eſſe: vnde ſapiēter Cælius Aurel.iudicauit capitis dolore vexatos vehiculo per longā viam geſtari debere,ne frequenti verſione ægrotanti vertigo induceretᶜ, velut ēt non ſine rōne in furore,atq; paralyſi curandis vehiculi manibus acti geſtationem F

li.34.c.17.

lib.2.c.15. 2.de tu.ua. cap.11. 5.de tuen. ual.

lib.3.c.6.

Lib.1.c.1.

A tionem adhibendam eſſe voluit, q̄q̄ eandem poſtea in epilepſiæ curatione improbauerit, ꝙ motus rotarum vertiginem, caliginemq; faciat ægrorãti, quæ paſſionis imaginem ferat, licet.n. Galenus, Trallianus & Aetius in vertiginoſis, epilepticis, graui ophtalmia, aut aurium dolore ſurditateúe capitis, necnon in hemicranicis ſimilem exercitationem prorſus auerſari nõ videantur, attamen Aetius ſic affectos leniter moueri, & auerſos ab itinere retrorſum deſidere in curru mandauit, multos ſubiungens ſe nouiſſe hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde ſecutus Auicenna addidit huiuſcemodi vectationem retrouerſa facie peractam viſus debilitati, eiuſq; obfuſcationi magnum iuuamentũ conferre. Hanc mitiorem in aluo fluente cõmẽdauit, Celſus, quã valetudinarijs quoq;, & ſenibus Auſonium Gallum poetam, & Auſonij medici a Marcello citati filiũ probaſſe puto, qñ is amico cuidam ſeni, & a morbo reſurgenti ſcribẽs monet Ciſio, & Veredo, quæ erant vehiculorum genera, tarde vehatur. rhedas B petorita, & equorum veloces motus fugiat his verſibus. 5. de tu. va. cap. 5. Loco citato

Pelle ſoporiferri ſenium, nubemq; veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam,
Sed Ciſium, aut pigrum cautus conſcende veredum,
Non tibi ſit rhedæ, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipſe metiſcus agas.

Porrò vehiculi geſtationem vehementiorẽ tamq̄ calefaciente, attenuãteq; vi præditam in ſupprimenda carnis multitudine a Cælio cõmendatam inuenio, quã item ab ipſo pro atrophiæ curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & ſtomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac ſtupore attonito perculſis veluti optimũ præſidium vſurpatam fuiſſe conſtat. In lectica geſtatio facta vt prædicta aliquanto remiſſior atque blandior exiſtit, ſic quoq; plures vſus apud medicos in exercendis ægris habuiſſe legitur, ꝙ.n. in ſanis qñq; eam adhibitam reperiamus, id factũ credo, non vt ſimili exer C citatione vlla valetudini accederet vtilitas, ſed potius quia a ſenectute, ſiue alia cauſa (veluti Alexander ob cruris vulnus in militari expeditione lectica vſus tradit) cogebantur, vel vt a puluere, ſole, vẽtorum flatibus, pluuia, grandine, ac hyemis rigoribus deffenderentur, quo circa niſi aliqua ex prædictis cauſis homines ſani vrgeant, vt a lectica abſtineant conſulo, qm̃ præter agitationem illam, quæ plurimorũ capita vexare conſueuit, generat & in corporibus quendam torporẽ, dum omnia ferè membra a motu ferientur, vt mox difficile reddat, ea maioribus, ac vtilioribus exercitationibus aſſuefacere. Verũenim vero hac particulari commoditate non mihi vr̃ priuãda lecticæ geſtatio, ꝙ ſani viri ea poſſunt vti poſt cibos, non ad exercenda corpora, ſed ad obeunda negotia neceſſaria citra motus damnũ, aut ſolatij, & exhilarandi animi gratia, quemadmodũ factitaſſe Auguſtum, qñ a cena lib. 4. c. vlt. Loco citato. Curtius

ſe in lecticulam lucubratoriam recipiebat, auctor eſt Suetonius. Quantùm D
autem ad exercitanda languentium corpora ſpectat, duplex fuit illius apud
medicos gymnaſtas vſus, aut geſtatis ſedentibus, aut decumbentibus. De-
locis citat. cumbentes in lectica geſtantur, vt Antyllus, Aetius, & Auicenna memoriæ
mandarunt, qui lethargica febri, aut ſemitertiana, aut quotidiana ac phleg
lib.9.c.3. matica vexantur, hydropici ſm Tralliani ſniam, apopletici, reſoluti, nephri
tici, ac podagrici, ſiquidem hæc commotio per lecticam habita (vt ait Arabũ
medicorum princeps) materiam expulſioni aptam efficit; prodeſt ſubinde
talis geſtatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborũ ſumpſe-
runt; itemq; vigilantibus, aut ſegnitie, & pigritia quadam oppreſſis, necnõ
ijs, quibus caninum in modum appetitus intentus eſt, nimirum quũ in-
tentio illa ſedetur. Cæterũ ſedentes ij lectica ſm Aetium portari debẽt, qui
in integra febrium declinatione conſiſtunt; eadẽ rõne, & illi, qui alias exer
citationes obire nequeunt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti
ſunt, qui cum adhuc imbecilles ſint, vires reficere cupiũt, qui tarde alimẽ- E
tum conficiunt, ex quo prudenter ſatis Cornelius Cel. vbi phtiſici nauiga-
re nequeunt lectica eorũ corpora dimouenda conſuluit, quemadmodum
Alexander Trallianus, ſi quid aliud huiuſcemodi geſtationes & naui, & le
ctica factas, hydropicos iuuare ſcripſit. In ſella quã ſcamnum vocare maluit
lib.1.c.15. eloquentiſſimus Celſus, geſtatio facta tametſi apud auctores ſæpenumero
cum lectica confuſa, atq; eadem inueniatur, nihilominus in duobus ab il-
la diuerſam extitiſſe puto, primò quia lectica duorum hominũ capax erat,
ſicuti innuit Suetonius, vbi Neronem cum matre in lectica qñq; vehi ſoli-
tum ſcribit, qđ minime de ſella (ni fallor) legitur, ſecundò quia lectica in-
terdum ſex ſeruis, interdum octo, interdũ pluribus geſtabat᷑. ſellam autem
tanq̃ breuiorem, & vnius dumtaxat capacem a paucioribus geſtatam veri-
ſimile apparet. Neq;.n. vllam inter ſe maiorem dñiam temporibus noſtris
ſella cooperta, & lectica obtinuerũt, q̃ ꝙ altera duobus ſeruis, vt plurimũ
geſtatur, vniuſq; dumtaxat capax eſt, altera a iumentis portat᷑, & duos con
tinere valet. In ſella ſani geſtabantur deliciarũ potius, & maieſtatis oſten- F
tandæ, q̃ valetudinis gratia, q̃q̃ Plinium ea Romæ vectum, vt ẽt inter eun
lib.epiſt.3. dum ſtudijs vacaret, ipſius Nepos tradit, Celſus hanc ſellarem, & ſimul le-
cticarem geſtationem nauigatione in portu, vel fluminibus acta vehemen
tiorem facit. Porrò fiebat huiuſcemodi geſtatio, tum in ſella cooperta, tum
in diſcooperta, tum ſedendo, tũ iacendo. Ægrotantes ſine febre in ſella de
tecta potius, q̃ tecta geſtari debere cenſuit Antyllus. In alia vtiliter portant
iacentes febricitãtes, atq; ex ijs lethargici potius, & quos cataphora vrget;
ꝙ ſi aliqui ſimplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modò vires ſe
Li.1. chro. cap.vlt. rant, geſtari plurimũ debent, vt Cælius phtiſicis conſuluit, qñquidẽ geſta-
Oribaſius tio minus mouens corpora, qñq; febrem magis excitat. Ergo in febricitan-
loco citato tibus, qui ad integritatem perueniunt, vel quorũ lõga admodum remiſſio
eſt,

A eſt, vel qui febribus tenentur longis, etiam ſi non magna interualla habeāt
conuenit hæc geſtatio, q̃ ſimiliter in multis alijs affectibus nempe in dolo-
re capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in mania, in paralyſi a Cælio Aurel. cō-
mendari ex eius de chronicis paſſionibus inſcriptis libris clarè hr̃, vt ēt nos
tutò, vbi res poſtulat, ſimilibus geſtationibus ægrotantes exercere valea-
mus, dum tn̄ maturo morbo, atq; iā inclinante illud agať, alioqui ſi adhuc
ſęuiente, aut incipiente affectione geſtatio adminiſtretur, accidentia acer-
biora, & periculoſiora conſequunť, qm̄ motus, vt diſſipare vtiliter conco-
ctos humores, ac excremētorū reliquias pōt, ſic calorem augere, ſpiritusq́;,
& humores nondū quietos, & repurgatos exagitare natus eſt, ex quo ſum
mum ſtudium adhibendum eſt, ne creſcentibus, crudisúe morbis, præſer-
tim calidis geſtatio, aut alia quæuis exercitatio adminiſtretur, ſed in matu
ris ſolummodo, frigidis, atq; illis, qui manifeſtè inclinare aĩaduertuntur.

B *De lecti penſilis, cunarum, ac nauis geſtationum facultatibus.* *Cap. XI.*

QVi primus lectulos penſiles excogitauit Aſclepiades, duabus ra
tionibus (vt refert Plinius) illud effeciſſe viſus eſt, tum vt blan
do eorū iactatu ſomnos alliceret, tū ēt vt morbos extenuaret,
quibus rõnibus adducti poſteriores in curandis ægris eorum
vſum frequentiorem reddiderunt, q̃ q̃ grauis auctor Cornelius Cel. exerci loco citato
tationem hanc tantummodo adminiſtrandam aliqñ iudicauit vbi neq; na
uis, neq; lecticæ, neq; ſellæ copia datur licet poſtea in apoplexia cū æger re
ſurgit, ipſum lecti motu concutiendū præcipiſſe inueniatur. Verumenim
vero Antyllus, Aetius, atq; Cælius ēt ſi nil aliud deficiat, ꝓ multis affectio-
nibus debellandis lectis penſilibus infirmos exerceri voluerunt, quinim-
mo (quod paucis conceditur) hanc geſtationem tā ante cibum q̃ a cibo ꝓ-
deſſe dixit Antyllus, nam primò febricitantes, aut diuturno morbo decum
bentes, in quo corpora conſumpta ſeſe erigere non ita valent, aut Ellebo- Aetius lib. 3. ca. 6.
C rum ſumentes a tali geſtatione vtilitatem recipere iudicatum eſt: déinde
in his, qui vires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethar-
gicis, & in appetentia ciborum deiecta eandem prodeſſe experimentis in
uentum fuit, neq; defuerunt qui ipſam in furioſis, ac phtiſicis laudauerint.
Quemadmodū, & Aetius, & Priſcianus Theodorus phreniticis adhibendā loco citato
cenſuerunt, quò blanda illa agitatione ſpirituum perturbatio leniretur, & lib. 2. ad Ti
ſomnus allicer eť. Ex genere penſilis lecti ſcympodium quoque eſſe mon- mot. c. 2.
ſtrauimus, & iccirco vbi a Cælio, atq; alijs geſtationes in penſili lecto pro-
batas viderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo penſili non
diſſimilem aliam lecto factā geſtationis ſpeciē inuenio, quā primus (quod
ego ſciam) inter medicos Celſus monſtrauit, vbi deficientibus cæteris ge- lib. 3. c. 12.
ſtationi dicatis inſtr̃is voluit vni pedi lecti funiculum eſſe ſubijciendum,

atq;

atq; ita lectum huc, & illuc manu impellendũ, id quod ēt Amidænum Aetium ſignificare voluiſſe arbitror, qñ ſcripſit duas eſſe lecti geſtationes, aut penſilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illud exercitationis genus exiſtimo, qd ab Auicenna ſub cunarũ reuolutione deſcriptum fuit, atq; idem nomen vſq; ad tempora noſtra retinuit, etſi enim ab ipſo inter debiles exercitationes recenſeatur, demulcendiſq; pueris potius ex Galeni ſnĩa, non ſanis aut infirmis exercitandis aptum videat' nihilominus ijs conuenire creditur, quos febres debilitarunt, ſicut etiã illi q nec dũ ſe mouere, neq; ſedere valēt, q́ue ab hellebori potione valde pſtrati fuerũt, quin ſi talis geſtatio ſuauiter adminiſtret', præter ſomni iucunditatem q̃ affert, flatus quoq; diſſoluit, reliquijs morborum capitis, veluti ſtupori, & obliuioni prorſus extinguendis conducit, appetitũ mouet, & naturam ſopitam exſuſcitat. Inter geſtationum ſpecies vltimo loco poſuerunt ferè oēs nauigationem, q̃ cæterarum oĩum leniſſimam fecit Cornelius Cel. ſed & huius q̃plurima inueniũtur diſcrimina, ſiquidem non parũ intereſt, an qs in ſtagno, an in flumine, an in mari naue geratur, & in mari, an in portu, an in littore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in ſtagnis, lacubus, aut paludibus cæteris in ſalubritate poſtponitur, qm̃ vt plurimũ ex aquis ſtagnantibus, niſi ſint maris alicuius inſtar, putridi vapores eleuant', qui aerem inficientes nauigationem magis ſuſpectam reddunt, vt non immeritò ſcriptũ ſit ab Ariſt. paluſtria loca incolentes ſubpallidos, ac ſomnolentiores euadere, minus noxia exiſtit in fluminibus nauigatio, nẽpe quę auctore Plutarcho timoribus carens nauſeam vllo pacto non cõmoueat. verumtñ tam hæc, q̃ illa, quæ exercetur in ſtagnis, in capite male affecto incongruæ a Cælio Aurel. iudicant', ꝙ humectantes caput terrena exhalatione infrigidant. Duabus prædictis maritima nauigatio valde præſtantior creditur, qm̃ mari ſemper vapores ſicci, & calidi educuntur, qui latenter, ac ſenſim nauigantium corpora recludunt, necnõ ſalſæ ꝓprietatis cauſa excrementa abſumunt, atq; hoĩum habitus quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuſcemodi exercitatio in cunctis ferè morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, & priuatim a Celſo in tuſſi oĩ, a Cælio ac Aretæo in dolore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in phtiſi, in ictericia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie cõmendat'. In phtiſi namq; præſtantiſſimũ remedium nauigationem ſemper a Maioribus habitã fuiſſe teſtatus fuit Plinius, qui hac ratione phtiſicos Ægyptum petere conſueuiſſe refert, quo quũ Anneus Gallio poſt conſulatũ iam ferè phtiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis libertus ſanguinis reiectatione laborans profecti eſſent, ad ſanitatē reſtituti fuerunt, q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij ſecundi noĩe falſo inſcriptus in. 1. de re medica lib. dicat phtiſicis magis cõferre in ſaltibus, vbi pix naſcitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porrò ex maritimis nauigationibus leniſſimã dixit Celſus eã, q̃

in

Marginal notes: loco citato (beside line 2); lib. 1. fen. 3. doct. 2. c. 2. 1. de tuen. val. (beside lines 4–6); loco citato (beside line 13); 14. partic. prob. 11. & 12. in probl. nat. (beside lines 20–24); lib. 1. c. 1. (beside line 25); lib. 28. c. 4. lib. 31. c. 6. epiſt. lib. 5. Cap. 61. (beside lines 33–36). Right margin letters: D, E, F.

A in portu efficiť,q̄ tñ in capitis affectionibus vna cũ fluuiali, & ſtagnali improbauit Aurelianus. Quæ verò in littoribus exerceť nauigatio iucundiſſima hř de qua celebratũ hoc ꝓuerbiũ narrat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, 1. Sympo.
περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terrã, ambulatio verò iuxta mare iucũdiſſima, hæc ex cõi Auicennę, atq; Aetij ſnĩa præcipuè prodeſt hydropiſi, elephantiaſi, apoplexiæ, ſtomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiæ quoq; ẜm Cælium non paruũ auxiliũ præſtat: q̄uis. n. a principio ſtomachũ ſubuertat, paulò poſt tñ aſſuefaciẽs illum ſedat, quinimmo, vt dicebat Plinius, vomitiones illæ inſtabili volutatione commotę lib. 37. c. 6.
plurimis morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq; oĩbus, pp quæ bibiť elleborum, medẽtur. Verũ geſtatio in alto mari peracta reliquarũ vehemẽtiſſima exiſtit, & mutationes plurimas, atq; maximas facit, nimirũ quũ animus mixtos affectus habeat, & triſtitia, & ſpe, timore, atq; periculo: modò gaudentibus, & lætis: modò in anguſtijs, & periculis uerſantibus nauigan
B tibus, quæ ſimul oĩa magnã vim habent, vt quoq; Plutar. cognouit, ingentes vomitus concitandi, ac conſequenter oẽm veterem morbũ profligandi lib. de cau. nat.
& ꝓinde iure dixit Auicẽ. nauigationem hanc ad extinguendas prædictas ægritudines efficaciorem eſſe, quin & mixtio illa motus, & quietis, qua p̄dita eſt, ſi quid aliud, ꝓbè corpus nutrire idonea eſt. Quæ tranquillo mari peragiť in naui geſtatio non admodũ (dicebat Antyllus) magnam turbatio Oribaſius lib. 6. c. 25.
nem, neq; concuſſionem affert, ex quo fit, ut ferme accõmodata ſit ijs, quibus ẽt geſtatio in curribus conuenit niſi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, vbi non humidi vapores, ſed ſicci, & acres ſint, efficitur. Cæterũ quæ turbato mari obitur magis aĩum, & corpus exagitat, magisq́; vomitũ ciet, & iccirco quantum fieri põt, in oĩbus fugienda eſt, quum motus acutiſſimos, dũ nauis a uento impelliť, vehementiſſimos, & neutiquam ceſſantes, ſicq́. corpori infenſiſſimos habeat. Non ſilendũ, in nephriticis naugationẽ. omnemque maritimam vitam ab Aretæo ſub his verbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. i. Et
C nauigatio, & vita in mari facta, omnia ſunt nephritiſicis remedia.

De natationis, & piſcationis effectibus. *Cap. XII.*

NAtationem inter exercitationes apud medicorũ gymnaſtas extitiſſe, maximeq; oĩum ab antiquis in exiſtimatione habitam fuiſſe, ꝙ hoĩes e periculis maximis, (vt dixit Plato in Gorgia) liberaret eosq. ad audendũ fortiores, & animoſiores redderet iam ſatis monſtrauimus, ideo vires eius perquirere ſolũ remanet. Nam va- lib. 3. c. 14.
rias hanc quoq. dĩas habuiſſe reperio, ſiquidẽ aut natatio fiebat in aquis ſponte naſcentibus, aut in alijs, & ſi in alijs, vel in dulcibus, vel in maritimis, ſi in dulcibus, aut fluuijs aut lacubus, aut ſtagnis atq. hæ oẽs vel in ca

lidis

lidis,vel in frigidis.Natationem in aquis ſponte naſcentibus, quas oẽs cali D
24.partic. Prob. das eſſe,& Ariſtotelis auctoritas & ratio,& experientia demonſtrant,per-
lib 6.c.27. actã improbauit Antyllus,tanq̃ impleat,ea tñ in paralyticis curandis adiu-
lib.2.c.1. mentum præſtare credidit Cælius Aurel.ita.ſ.adminiſtratam , vt patienti-
& li.5.c.2. bus partibus inflatæ veſicę adiungantur , quo natandi laborem minuant.
Quæ porrò in dulcibus aquis efficitur natatio ad omnia eſt maritima male
affectis inefficacior,quamobrẽ vitanda plerumq; eſt,quia,ſi in ea quis diu
tius immoret̃,ei nerui,cũ pp frigus,tum pp humiditatem lædentur, ex fa-
ctis tñ in dulcibus aquis natationibus fluuiales minores ſanis corporibus
noxas inferunt potiſſimumq; ad inducendũ ſomnũ ab Horatio Flacco com
mendantur,vbi ſcribit

lib.1.ſerm. *-ter vncti*
Saty.1. *Trans nanto Tiberim,ſomno quibus eſt opus alto*

pernicioſiſſimæ verò ſunt,quę in paludibus,& ſtagnis obeuntur,qm̃ vapo
res putridi vnà cũ humiditate corporis meatus illabentes,non ſolũ caput, E
verũ ẽt vniuerſum corpus contaminant . Lacuſtres medio quodam pacto
ſe habent,quæ tantò minùs inſalubres erunt,quantò lacus, vbi efficiunt̃,
vaſtiores,& puriores apparebũt.Maritima natatio ab Aretæo in dolore ca-
pitis antiquato vſurpatur.Ab Aetio ex Gal.mente in narium obturatione,
& odoratus læſione ſi aſſiduè fiat ꝓbat̃.A Celſo vero,& ab Antyllo hydro-
picis,ſcabioſis, & quos exanthemata infeſtos habent , itemq; elephãtiaſim
patientibus,& quorũ crura,aut aliquæ aliæ corporis partes deffluxione tẽ
tantur,accõmodata reputatur,facit quoq; ad eos,qui ex alimento fructum
non ſentiunt,& ideo non immeritò Cæli.Aurel. natationes maritimas in
paralyticis,vt ẽt Celſus ſtomachicis,iecoroſis,lienoſis,cachecticis ex vſu eſ-
ſe ſcriptum reliquit:vetumtñ non poſſum,non ſumma admiratione tene-
ri qũo is auctor natationes ſub Dio factas in capitis dolore,atq; ẽt in epile-
pſia laudauerit,quum Antyllus non ſolũ marinam natationẽ,ſed qualem-
cunq; aliam capiti nocere tradiderit,qđ ſimiliter ipſa rõ perſuadere vr̃ de-
monſtrans,tum ſitum ipſum natantiũ,tum continuas ex aquis emanantes F
exhalationes caput replere,ac malè afficere. Illud hoc in loco ſilendum nõ
23.partic. eſſe duco,qđ magnus philoſophus Ariſtoteles in problematib.ſcriptum re
Prob.11. liquit videlicet in mari facilius,q̃ in fluuijs natari,ꝓpterea ꝙ qui natat, ſe
dulò aquæ adnitendo natat,adniti autem ad id firmius poſſumus,qđ cor-
pulentius eſt,vnde quũ aqua marina fluuiali ſit corpulentior, craſſior, &
ad renitendum validior magis natantes adnitẽtes ſibi ſuſtinet. Eſt pręterea
de quacunq; natatione aĩaduertendum paucos diuturnos morbos reperi-
ri,in quibus vlla pfectè apta ſit,& ob id perrarò , ac ſolũ æſtate adhibenda
erit natatio,qñ gracilem reddere,per halitũ euocare,firmare, calefacere at-
lib.31.c.6. tenuare,hoĩemq; tandem iniuriæ minus obnoxium facere poteſt : a Plinio
ſcriptũ eſt luxata hoĩum corpora , & quadrupedum natando in cuiuſlibet

generis

A generis aqua facilime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, cale facere refrigerata credita eſt, & ob id a Cęlio Aur. in curandis arthriticis cõ mendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis denſatam habẽt at ab ea caput offendi, vires quodã pacto eneruari nullus negaret; q̃ alio ẽt non carere vitio dixit Cælius, videlicet humores fundere, nec ipſos reſolue re. Frigida ꝙ intus calorem natiuũ repellens ipſum validiorem efficiat cibo rum optimã, & citã concoctionẽ præſtat; exuberantes humores diſſipat, & intus refrigeratas partes calefacit; vnde iure ẽt ipſam in arthriticis laudauit Aurelianus, ea rõne motus qua Hippoc. frigidam tetano affectis large affu ſam remediũ eſſe dixit, ſicut, & Celſus ꝓ regio morbo laborantibus in æſta te, & Herodotus apud Aetium ad euitandũ æſtum frigidam natationẽ com mendauit: expertum eſt tñ, ſi quis ea frequenter vtatur neruos lædi, & in terdum ſurditatem contrahi, quod Agathinus apud Oribaſium confeſſus eſt. Atq; hæc oĩa a nobis dicta accipiãtur de illis natationibus, quæ ad gym

B naſticam quidem medicã pertinebant, ſed minimè ſemp in gymnaſijs exer cebant; illæ verò, quas in gymnaſijs ipſis fieri conſueuiſſe in 3. lib. ꝓbaui- mus, ſiue in piſcinis, ſiue in ampliſſimis labris agerent, duos præcipuos fi- nes ſm opinionẽ noſtram habuerunt, alterũ vt motu illo blando, quo na- tantes agitant, aqua magis corpora permearet, ſicq; mẽbra copioſius hume ctarent; alterum vt maiore voluptate in mouendo ſeſe fruerent, q̃nquidẽ aqua mota, & pręſertim balneorũ ſuaui illa attrectatione ſingularem quã- dam delectationem affert. De piſcatoria exercitatione q̃ diximus ex Plato- nis ſnĩa nec aĩo, nec corpori prodeſſe, & ꝓinde ab illo optari, ne iuuenes huic incũbãt, pauca verba faciã, tũ quia ferè ſub nauigationẽ reducit, vt ea- dẽ repetere non ſit opus; tũ quia a medicis ꝓpe nullis eã in vſu habitã con- ſtat; niſi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, q̃n quis in naui cula piſcatoria moueat, & ob hoc piſcationẽ nullã calorẽ natiuũ augere cre dendũ eſt, quum & Ariſtot. ſcripſerit piſcatores marinos, ideo ruſo colore

C exiſtere, qm intus frigent, extra verò quaſi adurunt: habent. n. qui in mari piſcant hanc præcipuã cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora valde exiccant, & pro- pterea minimè oĩum corruptionibus ſubijciunt; quin ſi putredo aliqua in tus lateat, ꝓtinus exugit, cõſumiturq́ue vt magna cũ rõne ſcripſerit Gal. pi- ſcatorũ habitus duros, ac ſiccos eẽ, eorũq́ue vlcera perinde exiccata cõtinuò apparere, ac ſi ſalita forẽt. Quòd verò ſcripſit Sueto. Aug. interdũ hamo pi- ſcari cõſueuiſſe, id potius animi laxãdi cã, q̃ valetudinis gr̃a ab eo agebat.

De venationis conditionibus. *Cap. XIII.*

VEnationis exercitationem comparãs ludo paruæ pilæ Gal. illud ſolùm inter ipſas diſcrimen poſuiſſe vr̃, ꝙ alter modico appara tu indigeret, & ob id cuiuis exercitatu facilis eſſet; altera verò pluribus inſtr̃is opus haberet, neq; ab oĩbus, ſed ab ingenuis dumtaxat,

Margin notes: cap. 14. — 7. de legib. in ſophiſta lib. 3. c. 13. — loco citato — ſect. 38. prob. 2. — 1. de ſimpl. med. — 6. de comp. med. ſl. — In vita Au guſti. c. 83. — libro. 1. de paruæ pilę ludo.

dumtaxat,atq; diuitibus exerceri poſſet; hoc autē licet Gal. forſan tempe- D
ſtate,atq; ēt in aliqua venationis ſpecie temporibus noſtris verū foret, ni-
hilominus in maiore eius parte ſecus rem ſeſe habere cōpertum eſt, qn̄ ſæ-
penumero vno, vel duobus canib⁹,aut paulò pluribus inſtr̄is ruſticos,atq;
pauperes venandi exercitationē frequentare conſpicimus; vt hac rōne ipſa
minores laudes pilæ ludo non mereat̃, neq; paucioribus verbis eius facul-
2. d̄ tu.val. tates a nobis explicari debeant.Quum.n.Gal.venationem inter ea, quæ ip
cap.8. ſe exercitationes & opera nuncupauit,recēſuerit; quumq; illius perſpecta
natura manifeſte monſtret non abſq; vehementia,magnitudine,atq; cele
ritate ipſam effici, nimirū in qua multæ aliæ exercitationes, curſus videli-
cet,ambulationes,ſaltus,iaculatio,vociferatio,& aliæ neceſſariò requirant̃
rōni conſequens eſt eam his facultatibus prædictam eſſe,ꝙ corpora vehemē
ter calefaciat,excrementa diſſipet,carnes,& ſuccos exuberātes minuat,ſo-
mnos ꝓfundos generet,& ſubinde cōcoquēdis cibis,crudisùe humoribus
magnopere conferat; ob quas egregias facultates illud eſſe verum exiſtima E
in.3.com. re debemus,ꝙ Razes Arabs auctor grauiſſimus ex Gal. ſnīa memoriæ man
trac,13.ca. dauit,videlicet in quadam peſte contigiſſe,vt oēs ferè perierint,& ſoli vena
2. tores ob aſſiduā exercitationem incolumes euaſerint. Cæterū quod vehe-
Lib. de pu. mentibus exercitationibus a medicis attributum reperit̃,neq; venandi la-
epil. bor carere vr̄,vt.ſ.caput offendendi vi polleat,maximè,ſi importune efficia
com.115. tur,quemadmodū in.4.de acutorum victu apud illum auctorem legitur.
Quātū verò ad particulariū venationis ſpecierū qualitates attinet,de dua-
bus ſolùm verba faciam,tanq̄ in his ſolis tota venandi ad ſanitatē, aut ęgri
tudinem pertinens facultas conſiſtat: illæ ſunt equeſtris,ac pedeſtris, nam
ſciunt oēs quālibet venationem,ſiue canibus,ſiue retibus,ſiue auibus,ſiue
arcubus,ſiue alijs inſtr̄is exerceatur,ab hoībus agi, qui aut pedibus ꝓprijs
eant,aut equis inſideant.Equeſtrem igit̃ (ita liceat mihi appellare) venatio
nem exercentes,quū modò currentibus equis, modò gradientibus agant̃,
modò vociferare,modò quieſcere cogantur,oībus partibus laborare viden
tur,& icciirco multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus,ſto- F
machū,inteſtina,dorſum,atq; crura:ego verò eam euitare illis conſulo,q-
bus caput faciliter offendit̃, quibus fractionis venarū in pectore periculū
imminet,quibus lapilli in renibus aggregant̃, quibus peritonæum debile,
aut vlla herniæ ſuſpitio eſt, & quibus tandem vniuerſus corporis habitus
calorē pluſq̄ mediocrē obtinuit, ſiquidem multos videre licet venatores,
quos partim ob clamores,partim ob motus violētiā ſimiles morbi occupa
runt,& qn̄q; ad interitū deduxerunt,qua de re prudēter Martia.Priſco ne
Lib.12. veredo(erat is equus velociter currēs)in venatu vteret̃,cōſuluit hiſce verſi.

Parcius vtaris moneo rapiente veredo
Priſce,nec in lepores tam violentus eas,
Sæpe ſatisfecit prædę venator,& acri

Decidit

A *Decidit excuſſus nec rediturus equo,*
Inſidias, & campus habet, nec foſſa, nec agger
Nec ſint ſaxa licet; fallere plana ſolent
Non deerunt qui tanta tibi ſpectacula præſtent;
Inuidia fati ſed leuiore cadunt,
Si te delectant animoſa pericula Tuſcis,
Tutior eſt virtus, inſidiemur apris
Quid te frena iuuant temeraria? ſæpius illis
Priſce datum in equitem rumpere, quàm leporem.

Porrò venatio pedeſtris eadē ferè cōmoda, & incōmoda in equeſtri reperta continet, niſi ꝙ dū curſibus, ac ſaltibus feras inſectat̃ venator, per montes, per valles, per deuia, ꝑ ſiluas, ꝑ ſaltus, minori certè periculo, q̄ in equeſtri ſubijcitur, at maiori labore efficitur, magis incaleſcit, magis pedes, & crura corroborat: ꝑter hæc libidinis ſtimulos coercet, qn̄ Hippolytum ſtudio virginitatis hoc venationis genus exercuiſſe ferunt. (Seneca in traged.) B Excitat quoq; venatio appetitū ſicut coquus ille Dioniſio dapes auerſanti rn̄dit, ipſi defuiſſe laborē in venatu, qui appetitū generaſſet. Neutra tn̄, ꝙ vehementiora exiſtat, ſenibus, aut debilibus accōmodata inuenitur, ſed illis tm̄, qui robuſtas omnes corporis partes ſortiti ſint, quiúe optimè valent, vt non abſq; iudicio ſummo Cornel. Cel. dixerit ſanum hoīem, & beneualētem modò nauigare, modò venari debere; (lib. 1. c. 1.) qđ ſi Plinius nepos ſanitatē ſuā venationi, q̄ ruri in Tuſcis obibat, aliqñ acceptam retuliſſe vr̃, iudicādum eſt, aut illa moderatiſſime vſum fuiſſe, aut poti⁹ corpore robuſto, ac ſano ita valuiſſe, vt nullo pacto, a tanti laboris vehemētia læderet̃. (epiſt. lib. 5.) Erit itaq; oībus hanc exercitationē inire cupientibus duo neceſſariū diligenter cōſiderare, primū, an corporis robore polleant, inculpataq; ſanitate fruant̃; ſecus, ne grauiſſima pericula ſuſtineant, iure dubitandū vr̃; ſm nunquid modeſtia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectū vllum & caſu quodā, vt plerunq; ſit, venationi operā nauent. C Quicunq; .n. ſuarū virium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rōnem aliq̄ habere volunt, multa ꝓfectò eorum malorū vitare poſſunt, quibus cæteri caſu ſeſe exercētes ſubijciunt̃, eo magis ꝙ venatio illud præcipuū in ſe habet, ꝙ nulla alia exercitatio in eum modum obtinuiſſe apparet, vt. ſ. totū ferè diem non rarò ſibi requirat, vnde aut venatores inter exercēdū cibum capere & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo valetudini nihil pernicioſius eſſe poteſt; aut tota die ieiunār, quod tametſi fortaſſe min⁹ offendat, neq; tn̄ ipſum noxa penitus caret, qn̄ præter conſuetudinem illud efficitur, necnon poſteà vſque adeo præ fame exſaturantur, vt ventriculum in concoquendo mirum in modum fatigēt, ſicq; & cruditates, & alia innumera mala ſubeant.

Habes ampliſſime Præſul quę fuerit apud Maiores noſtros gymnaſtica ars adeò celebrata; quanta cura in exercitandis corporibus illi fuerint vſi; qūo

homines

homines in conſeruanda valetudine,optimoq; corporis habitu ſeſe gerere debeant;remanet vt antiquorum exépla ſecutus,ita prudenter corpus tuũ exerceas,vt vitæ longitudinem,quam tibi cælum pollicetur , ac natura ſuggerit,non modò tuearis,verùm ſi fieri poteſt,proroges,quò mũdus beneficijs immortalibus,quæ a te in dies recipit,maioraq; ſemper ſperat, diutius frui,ſicque felicitatem,quam fortaſſe nunquam adhuc guſtauit,te viuente poſſidere valeat.

Artis Gymnaſticæ Finis.

REGISTRVM.

✠ ✠✠ A B C D E F G H I K L M N O P.

Omnes ſunt Quaterniones.

Venetijs in officina Iuntarum. M D LXIX.